عيون الأخبار

كتب طبی انتزاعی

- مبانی طب
- مفردات داروئی
- داروسازی و صنعت
- بیماریها
- غذا شناسی
- معدن شناسی
- اصطلاحات

۴

بسم الله الرحمن الرحیم

کتب طبی انتزاعی

کاتب:

جمعی از نویسندگان

نشرت فی الطباعهٔ:

مجهول (بی جا ، بی نا)

رقمی الناشر:

مركز القائمية باصفهان للتحريات الكمبيوترية

الفهرس

کتب طبی انتزاعی(عربی) المجلد ۴

اشارة

نام کتاب: کتب طبی انتزاعی(عربی)

نویسنده: جمعی از نویسندگان

موضوع: مبانی طب- مفردات دارویی- بیماریها- داروسازی و صنعت- غذا شناسی- معدن شناسی- اصطلاحات

زبان: عربی

تعداد جلد: ۱۹

نوبت چاپ: اول

ملاحظات: این عنوان کتاب تشکیل شده از مجموع بحث های گوناگون طبی که از لابلای کتابهای دیگر توسط آقایان مجیدی نظامی و رحیمی ثابت استخراج و آماده شده و در این مجموعه قرار گرفته است ٠

[العقد الفريد]

[الجزء الثامن

كتاب الفريدة الثانية فى الطعام و الشراب

اشارة

قال الفقيه أبو عمر بن محمد بن عبد ربه: قد مضى فى بيان طبائع الإنسان و سائر الحيوان و النتف.

و نحن قائلون بعون اللّه و توفيقه فى الطعام و الشراب اللذين بهما تنمو الفراسة و هما قوام الأبدان، و عليهما بقاء الأرواح.

قال المسيح عليه الصلاة و السلام فى الماء: هذا أبى. و فى الخبز: هذا أمى. يريد أنهما يغذيان الأبدان كما يغذيهما الأبوان.

و هذا الكتاب جزءان: جزء فى الطعام، و جزء فى الشراب.

فالذى فى الطعام منهما متقصّ جميع ما يتم و يتصرف به أغذية الطعام من المنافع و المضار، و تعاهد الأبدان بما يصلحها من ذلك فى أقواته و ضروب حالاته، و اختلاف الأغذية مع اختلاف الأزمنة بما لا يخلى المعدة و ما لا يكظّها، فقد جعل اللّه لكل شىء قدرا.

و الذى فى الشراب منهما مشتمل على صنوف الأشربة، و ما اختلف الناس فيه فى الأنبذة[۱]، و محمود ذلك و مذمومه، فإنا نجد النبيذ قد أجازه قوم صالحون، و قد وضعنا لكل شىء من ذلك بابا فيحتاط كل رجل لنفسه بمبلغ تحصيله، و منتهى نظره؛ فإن الرائد لا يكذب أهله.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۴

أطعمة العرب

الوشيقة من اللحم: و هو أن يغلى إغلاءة ثم يرفع، يقال منه: وشقت أشق وشقا.

قال الحسن بن هانئ:

حتى رفعنا قدرنا بضرامهاو اللّحم بين موذّم و موشّق ٢]

و الصفيف مثله، و يقال هو القديد، يقال: صففته أصفه صفّا.

و الربيكة: شيء يطبخ من برّ و تمر، و يقال منه: ربكته أربكه ربكا.

و البسيسة: كلّ شيء خلطته بغيره، مثل السويق بالأقط، ثم تلته بالسمن أو بالزيت؛ أو مثل الشعير بالنوى للإبل، و يقال: بسسته أبسّه بسّا.

و العبيثة (بالعين غير معجمة) طعم يطبخ و يجعل فيه جراد؛ و هو الغثيمة أيضا.

و البغيث و الغليث: الطعام المخلوط بالشعير؛ فإذا كان فيه الزّؤان فهو المغلوث.

و البكيلة، و البكالة جميعا: و هى الدقيق يخلط بالسويق ثم يبل بماء أو سمن أو زيت، يقال: بكلته أبكله بكلا.

و الفريقة: شيء يعمل من اللبن.

فإذا قطعت اللحم صغارا قلت: كتّفته تكتيفا.

أبو زيد قال: إذا جعلت اللحم على الجمر قلت: حسحسته، و هو أن تقشر عنه الرماد بعد أن يخرج من الجمر؛ فإذا أدخلته النار و لم تبالغ فى طبخه قلت: ضهّبته و هو مضهّب.

و المضيرة: سميت بذلك لأنها طبخت باللبن الماضر، و هو الحامض. و الهريسة، لانها تهرس. و العصيدة[٣]، لأنها تعصد. و اللفيتة لأنها تلفت.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۵

و الفالوذ- و هو السرطراط، و من أسماء الفالوذ أيضا: السريط- لأنه يسترط، مثل يزدرد؛ و يقال: لا تكن حلوا فتسترط[۴]، و لا مرّا فتعقى. يقال: أعقى الشيء:

اشتدت مرارته.

الرغيدة: اللبن الحليب يغلى ثم يذرّ عليه الدقيق حتى يختلط فيلعق لعقا.

الحريرة: الحساء من الدسم و الدقيق.

و السخينة: حساء كانت تعمله قريش فى الجاهلية فسميت به، قال حسان:

زعمت سخينة أن ستغلب ربّهاو ليغلبن مغالب الغلّاب

و العكيس: الدقيق يصب عليه الماء ثم يشرب. قال منظور الأسدى:

و لما سقيناها العكيس تمذّحتخواصرها و ازداد رشحا وريدها[۵]

أسماء الطعام

الوليمة: طعام العرس. و النّقيعة: طعام الإملاک ۶]. و الإعذار: طعام الختان و الخرس: طعام الولادة. و العقيقة: طعام سابع الولادة. و النقيعة: طعام يصنع عند قدوم الرجل من سفره، و يقال: أنقعت إنقاعا. و الوكيرة: طعام يصنع عند البناء يبنيه الرجل فى داره. و

المأدبة: كل طعام يصنع لدعوة، يقال: آدبت أودب إيدابا، و أدبت أدبا، قال طرفة:

نحن فى المشتاة ندعو الجفلىلا ترى الآدب فينا ينتقر

الآدب: صاحب المأدبة. و الجفلى: دعوة العامة. و النّقرى: دعوة الخاصة.

و السّلفة: طعام يعلل به قبل الغداء.

و القفىّ: الطعام الذى يكرم به الرجل يقال منه: قفوته فأنا أقفوه قفوا؛ و القفاوة:

ما يرفع من المرق للإنسان، قال الشاعر:

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۶

و نقفى وليد الحىّ إن كان جائعاو نحسبه إن كان ليس بجائع ۷]

صفة الطعام و فضله

اشارة

قال النبى صلّى اللّه عليه و سلّم: «أكرموا الخبز، فإن اللّه سخر له السموات و الأرض، و كلوا سقط[۸] المائدة».

و قال الحسن البصرى: ليس فى الطعام سرف. و تلا قوله تعالى: لَيْسَ عَلَى الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصّالِحاتِ جُناحٌ فِيما طَعِمُوا[۹].

و قال الاصمعى: الكبادات أربع: العصيدة، و الهريسة، و الحيس، و السّميذ.

أبو حاتم: و السويق طعام المسافر، و العجلان، و المريض، و النفساء، و طعام من لا يشتهى الطعام.

أبو خالد عن الأصمعى قال: قال أبو صوارة: الأرز الأبيض بالسمن المسلى و السكر الطّبرزذ[۱۰]، ليس من طعام أهل الدنيا! و قال مالك بن أنس عن ربيعة بن أبى عبد الرحمن: أكل الخبيص يزيد فى الدماغ.

و قال الحسن لفرقد: بلغنى أنك لا تأكل الفالوذج. قال: يا أبا سعد، أخاف أن لا أؤدى شكره! قال: يا لكع! و هل تؤدى شكر الماء البارد فى الصيف و الحار فى الشتاء؟ أ ما سمعت قول اللّه تعالى: يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّباتِ ما رَزَقْناكُمْ ۱۱].

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۷

و سمع الحسن رجلا يعيب الفالوذج، فقال: لباب البرّ بلعاب النحل بخالص السمن؛ ما عاب هذا مسلم! و قال رجل فى مجلس الأحنف: ما شىء أبغض إلىّ من الزبد و الكمأة[۱۲]. فقال الاحنف: ربّ ملوم لا ذنب له.

و قيل لشريح القاضى: أيهما أطيب. اللوزينق أو الجوزينق؟ فقال: لا أحكم على غائب.

ولد لعبد الرحمن بن أبى ليلى مولود فصنع الأخبصة، و دعا الناس، و فيهم مساور الورّاق، فلما أكلوا قال مساور الورّاق:

من لم يدسّم بالثريد سبالنابعد الخبيص فلا هناه الفارس

الرقاشى قال: أخبرنا أبو هفان أن رقبة بن مصقلة طرح نفسه بقرب حماد الراوية فى المسجد، فقال له حماد: مالك؟ قال صريع فالوذج. قال له حماد: عند من؟ فطالما كنت صريع سمك مملوح خبيث! قال: عند من حكم فى الفرقة و فصل فى الجماعة قال: و ما أكلت عنده؟ قال: أتانا بالأبيض المنضود، و الملوز المعقود، و الذليل الرعديد، و الماضى المودود.

طعام عبد الأعلى

محمد بن سلام الجمحى قال: قال بلال بن أبى بردة و هو أمير على البصرة للجارود ابن أبى سبرة الهذلى: أ تحضر طعام هذا الشيخ؟ يعنى عبد الأعلى بن عبد اللّه بن عامر؟

قال: نعم. قال: فصفه لى. قال: نأتيه فنجده متصبّحا[١٣]- يعنى نائما- فنجلس حتى يستيقظ، فيأذن لنا فنساقطه الحديث؛ فإن حدثناه أحسن الاستماع، و إن حدثنا أحسن الحديث؛ ثم يدعو بمائدته، و قد تقدّم إلى جواريه و أمهات أولاده أن لا تلطفه واحدة

منهن إلا إذا وضعت مائدته؛ ثم يقبل خبازه فيمثل بين يديه، فيقول: ما عندك اليوم؟ فيقول: عندى كذا، عندى كذا ... فيعدد كل ما عنده، و يصفه؛ يريد بذلك أن يحبس كلّ رجل نفسه و شهوته على ما يريد من الطعام، و تقبل الألطاف من هاهنا و هاهنا، و توضع على المائدة؛ ثم يؤتى بثريدة شهباء من الفلفل، رقطاء من الحمص، ذات حفافين من العراق ١۴]؛ فنأكل معه، حتى إذا ظن أن القوم قد كادوا يمتلئون، جثا على ركبتيه ثم استأنف الأكل معهم. فقال [ابن أبى بردة: للّه درّ عبد الأعلى، ما أربط جأشه على وقع الأضراس.

و حضر أعرابىّ طعام عبد الأعلى، فلما وقف الخباز بين يديه و وصف ما عنده قال:

أصلحك اللّه، أ تأمر غلامك يسقينى ماء، فقد شبعت من وصف هذا الخباز! و قال له عبد الأعلى يوما: ما تقول يا أعرابى، لو أمرت الطباخ فعمل لون كذا، و لون كذا؟ قال: أصلحك اللّه، لو كانت هذه الصفة فى القرآن لكانت موضع سجود.

الفرزدق و ابن الحصين

أبو عبيدة قال: مر الفرزدق بيحيى [ابن الحصين بن المنذر الرقاشى فقال له: هل لك أبا فراس فى جدى رضيع، و نبيذ من شراب الزبيب؟ قال: و هل يأبى هذا إلا ابن المراغة[١۵].

و قال الأحوص لجرير لما قدم المدينة. ما ذا ترى أن نعدّ لك؟ قال: شواء و طلاء[١۶] و غناء. قال: قد أعدّ لك.

و قال مساور الورّاق فى وصف الطعام:

اسمع بنعتى للملوك و لا تكن فيما سمعت كميّت الأحياء

إنّ الملوك لهم طعام طيب يستأثرون به على الفقراء

إنى نعتّ لذيذ عيشى كلّه و العيش ليس لذيذه بسواء

ثم اختصصت من اللذيذ و عيشه صفة الطعام لشهوة الحلواء

فبدأت بالعسل الشديد بياضه شهد تباكره بماء سماء

إنى سمعت لقول ربك فيهما فجمعت بين مبارك و شفاء

أيام أنت هناك بين عصابة حضروا ليوم تنعّم أكفاء

لا ینطقون إذا جلست إلیهمفیما یکون بلفظهٔ عوراء[۱۷]
متنسمین ریاح کلّ هبوبهٔبین النخیل بغرفهٔ فیحاء[۱۸]
فقعدت ثم دعوت لی بمبذرقمتشمّر یسعی بغیر رداء[۱۹]
قد لفّ کمّیه علی عضلاتهقلص القمیص مشمّر سعّاء
فأتی بخبز کالملاء منقّطفبناه فوق أخاون الشّیزاء[۲۰]
حتی ملاها ثم ترجم عندهابالفارسیّهٔ داعیا بوحاء[۲۱]
فإذا القصاع من الخلنج لدیهمتبدو جوانبها مع الوصفاء
ارفع وضع و هنا و هاک و هاهناقصف الملوک و نهمهٔ القرّاء
یؤتون ثمّ بلون کلّ طریفهٔقد خالفته موائد الخلفاء
من کلّ فرنیّ و جدی راضعو دجاجهٔ مربوبهٔ عشواء
و مصوص درّاج کثیر طیّبو نواهض یؤتّی بهنّ شواء[۲۲]
و ثریدهٔ ململومهٔ قد سقّفتمن فوقها بأطایب الأعضاء
و تزیّنت بتوابل معلومهٔو خبیصات کالجمان نقاء
هذا الثّرید و ما سواه تعلّلذهب الثرید بنهمتی و هوائی
و لقد کلفت بنعت جدی راضعقد صنته شهرین بین رعاء
کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفرید)، ج۴، ص: ۱۰

قد نال من لبن کثیر طیّبحتی تفتّق من رضاع الشّاء
من کلّ أحمر لا یقر إذا ارتویمن بین رقص دائم و نزاء[۲۳]
متعکّن الجنبین صاف لونهعبل القوائم من غذاء رخاء
فإذا مرضت فداونی بلحومهاإنی وجدت لحومهنّ دوائی
ودع الطبیب و لا تثق بدوائهما حالفتک رواضع الأجداء
إنّ الطبیب إذا حباک بشربهٔترکتک بین مخافهٔ و رجاء
و إذا تنطع فی دواء صدیقهلم یعد ما فی جونهٔ الرّقّاء[۲۴]
نعت الطبیب هلیلجا و بلیلجاو نعتّ غیرهما من الأدواء[۲۵]
رطب المشان مجزّعا یؤتی بهاو الرازقیّ فما هما بسواء[۲۶]
و بنانیا زرقا کأنّ بطونهاقطع الثّلوج نقیّهٔ الأمعاء[۲۷]
لیست بآکلهٔ الحشیش و لا التییبتاعها الخنّاق فی الظلماء

باب آداب الأکل و الطعام

قال النبی صلّی اللّه علیه و سلّم: «الأکل فی السوق دناءهٔ».

و قال صلّى اللّه عليه و سلّم: «إذا أكل أحدكم فليأكل بيمينه و يشرب بيمينه، فإن الشيطان يأكل بشماله و يشرب بشماله».

و قال صلّى اللّه عليه و سلّم: «سمّوا إذا أكلتم، و احمدوا إذا فرغتم». و كان يلعق أصابعه بعد الطعام.

و قال صلّى اللّه عليه و سلّم: «الوضوء قبل الطعام ينفى الفقر، و بعد الطعام ينفى اللمم»[۲۸].

و من الأدب فى الوضوء أن يبدأ صاحب البيت فيغسل يده قبل الطعام و يتقدم أصحابه الى الطعام.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۱۱

و قال النبى صلّى اللّه عليه و سلّم: «طعام الاثنين كافى الثلاثة، و طعام الثلاثة كافى الأربعة».

و قال صلّى اللّه عليه و سلّم: «أملكوا[۲۹] العجين فإنه أحد الرّيعين»[۳۰].

و كان فرقد يقول لأصحابه: إذا أكلتم فشدّوا الأزر على أوساطكم، و صغّروا اللقم، و شدّدوا المضغ، و مصوا الماء [مصّا]، و لا يحل أحدكم إزاره فيتسع معاه، و ليأكل كلّ واحد من بين يديه.

و قالوا: كان ابن هبيرة يباكر الغداء؛ فسئل عن ذلك، فقال: إن فيه ثلاث خصال: أما الواحدة فإنه ينشف المرّة، و الثانية أنه يطيّب النكهة و الثالثة: أنه يعين على المروءة: قيل: و كيف يعين على المروءة؟ قال: إذا خرجت من بيتى و قد تغديت لم أتطلع إلى طعام أحد من الناس.

البطنة و قولهم فيها

اشارة

قالوا: البطنة تذهب الفطنة.

و قال مسلمة بن عبد الملك لملك الروم: ما تعدّون الأحمق فيكم؟ قال الذى يملأ بطنه من كل ما وجد.

و حضر أبو بكرة سفرة معاوية، و معه ولده عبد الرحمن، فرآه يلتقم لقما شديدا؛ فلما كان بالعشى راح إليه أبو بكرة، فقال له معاوية: ما فعل ابنك التلقامة[۳۱]؟ قال:

اعتل، قال: مثله لا يعدم العلة.

و رأى أبو الأسود الدؤلى رجلا يلقم لقما منكرا، فقال [له : كيف اسمك؟

قال: لقمان. قال: صدق الذى سماك! و رأى أعرابىّ رجلا سمينا، فقال له: أرى عليك قطيفة من نسج أضراسك!

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۱۲

و قعد أعرابى على مائدة المغيرة، فجعل ينهش و يتعرّق، فقال المغيرة: يا غلام ناوله سكينا، قال الاعرابى: كل امرئ سكينه ۳۲] فى رأسه.

لأعرابى

قال أعرابىّ: كنت أشتهى ثريدة دكناء من الفلفل، رقطاء من الحمص، ذات حفافين [من اللحم، لها جناحان من العراق: فأضرب فيها كما يضرب ولىّ السوء فى مال اليتيم! و قال أعرابى:

ألا ليت لی خبزا تسربل رائباو خيلا من البرنی فرسانها الزّبد[۳۳]

فأطلب فيما بينهنّ شهادةبموت كريم لا يعدّ له لحد

و اصطحب شيخ و حدّث من الأعراب فی سفر، و كان لهما قرص فی كل يوم و كان الشيخ مخلع الأضراس، و كان الحدث يبطش بالقرص و يقعد يشكو العشق، و الشيخ يتضوّر جوعا؛ و كان الحدث يسمى جعفرا، فقال الشيخ فيه:

لقد رابنی من جعفر أنّ جعفرايطيش بقرصی ثمّ يبكی علی جمل

فقلت له لو مسّك الحبّ لم تبتبطينا و نسّاك الهوی شدّة الأكل

الأصمعی قال: تقول العرب فی الرجل الأكول: إنه برم قرون.

البرم: الذی يأكل مع الجماعة و لا يجعل شيئا. و القرون: الذی يأكل تمرتين تمرتين و يأكل أصحابه تمرة تمرة. و قد نهی النبی صلّی اللّه عليه و سلّم عن القران.

و كان عبد اللّه بن الزبير: إذا قدم التمر إلی أصحابه [قال : قال عبد اللّه بن عمر:

إياكم و القرآن، فإن النبی صلّی اللّه عليه و سلّم نهی عنه.

و قيل لميسرة الأكول: كم تأكل كلّ يوم؟ قال: من مالی أو من مالی غيری؟ قيل

كتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفريد)، ج‌۴، ص: ۱۳

له: من مالك. قال مكّوك ۳۴]. قيل: فمن مال غيرك؟ قال: اخبزوا و اطرحوا! و قال رجل من العراق فی قينة حفص الكاتب:

قيينة حفص ويلهافيها خصال عشره

أوّلها أنّ لهاوجها قبيح المنظرة

و دارها فی وهدةأوسع منها القنطره

تأكل فی قعدتهاثورا و تخری بقره

قال تأبّط شرا: ما أحببت شيئا قطّ حبی ثلاثة: أكل اللحم، و ركوب اللحم، و حكّ اللحم باللحم.

و قال أبو اليقظان: كان هلال بن الأسعر التميمی أكولا، فيزعمون أنه أكل فصيلا و أكلت امرأته فصيلا؛ فلما أراد أن يجامعها لم يصل إليها، فقالت له: و كيف تصل إلیّ و بينی و بينك بعيران! و كان الواثق، و اسمه هارون بن محمد بن هارون، أكولا، و كان مفتونا بحب الباذنجان، و كان يأكل فی أكلة واحدة أربعين باذنجانة؛ فأوصی إليه أبوه، و كان ولیّ عهده: ويلك! متی رأيت خليفة أعمی؟ فقال للرسول: أعلم أمير المؤمنين أنی تصدقت بعينیّ جميعا علی الباذنجان!

نهم سليمان بن عبد الملك

و كان سليمان بن عبد الملك من الأكلة، حدث عنه العتبی عن أبيه عن الشمرد وكيل عمرو بن العاص قال: لما قدم سليمان الطائف، دخل هو و عمر بن عبد العزيز و أيوب ابنه بستانا لعمرو بن العاص، فجال فيه ساعة، ثم قال: ناهيكم بمالكم هذا مالا! ثم ألقی صدره علی غصن، و قال: ويلك يا شمردل ما عندك شیء تطعمنی؟ قال: بلی، إن عندی جديا كانت تغدو عليه بقرة و تروح أخری. قال: عجل به. فأتيته به كأنه عكة سمن، فأكله و ما دعا عمر و لا ابنه، حتی إذا بقی الفخذ قال: هلم أبا حفص.

كتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفريد)، ج‌۴، ص: ۱۴

قال: إنی صائم. فأتی عليه، ثم قال: ويلك يا شمردل! ما عندك شیء تطعمنی؟ قال:

بلى و اللّه، عندى خمس دجاجات هنديات كأنهنّ رئلان ۳۵] النعام. قال: فأتيته بهن، فكأن يأخذ برجلى الدجاجة فيلقى عظامها نقيئة، حتى أتى عليهن؛ ثم قال: يا شمردل، ما عندك شيء تطعمنى؟ قلت: بلى و اللّه، إن عندى حريرة[۳۶] كأنها قراضة الذهب. فقال: عجل بها. فأتيته بعسّ يشيب فيه الرأس، فجعل يلاقيها بيده و يشرب؛ فلما فرغ تجشّأ، فكأنما صاح فى جب، ثم قال: يا غلام، أفرغت من غذائى؟ قال: نعم قال: و ما هو؟ قال: ثمانون قدرا. قال: ائتنى بها قدرا قدرا. قال: فأكثر ما أكل من كل قدر ثلاث لقم، و أقلّ ما أكل لقمة؛ ثم مسح يده و استلقى على فراشه، ثم أذن للناس و وضعت المائدة و قعد فأكل مع الناس، فما أنكرت من أكله شيئا.

نهم مزرد

و قال الأصمعى: كنت يوما عند هارون الرشيد، فقدمت إليه فالوذجة، فقال: يا أصمعى، قلت: لبيك يا أمير المؤمنين. قال: حدثنى بحديث مزرّد أخى الشماخ. قلت:

نعم يا أمير المؤمنين، إن مزردا كان رجلا- جشعا نهما، و كانت أمه تؤثر عيالها بالزاد عليه؛ و كان ذلك مما يضرّ به و يحفظه؛ فذهبت يوما فى بعض حقوق أهلها، و خلفت مزردا فى بيتها و رحلها، فدخل الخيمة، فأخذ صاعين من دقيق، و صاعا من عجوة، و صاعا من سمن؛ فضرب بعضه ببعض فأكله، ثم أنشأ يقول:

و لما مضت أمّى تزور عيالهاأغرت على العكم الذى كان يمنع ۳۷]

خلطت بصاعى حنطة صاع عجوةإلى صاع سمن فوقه يتريّع

و دبّلت أمثال الأثافى كأنهارءوس رخال قطّعت لا تجمّع ۳۸]

و قلت لبطنى: أبشر اليوم إنهحمى أمّنا مما تفيد و تجمع

کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۱۵

فإن كنت مصفورا فهذا دواؤهو إن كنت غرثانا فذا يوم تشبع ۳۹]

قال: فاستضحك هارون حتى أمسك بطنه و استلقى على ظهره، ثم قعد فمدّ يده و قال: خذ، فذا يوم تشبع يا أصمعى! و قال حميد الأرقط- و هو الذى هجا الأضياف- يصف أكل الضيف:

ما بين لقمته الأولى إذا انحدرتو بين أخرى تليها قيد أظفور

و قال أيضا:

تجهّز كفّاه و يحدر حلقهإلى الزّور ما ضمّت عليه الانامل

أتانا و ما ساواه سحبان وائلبيانا و علما بالذى هو قائل

فما زال عنه اللّقم حتى كأنهمن العيّ لمّا أن تكلّم باقل

و قال:

لا أبغض الضيف ما بى جلّ مأكلهإلا تنفّجه حولى إذا قعدا[۴۰]

ما زال ينفخ جنبيه و حبوتهحتى أقول لعلّ الضيف قد ولدا[۴۱]

و قال:

لا مرحبا بوجوه القوم إذ نزلوادسم العمائم تحكيها الشياطين

ألقيت جلّتنا شطرين بينهمكأن أظفارهم فيها السكاكين

فأصبحوا و النّوى عالى معرّسهمو ليس كلّ النوى تلقى المساكين [۴۲]

موت سليمان بن عبد الملک:

أبو الحسن المدائنى قال: أقبل نصرانى إلى سليمان بن عبد الملك، و هو بدابق، بسلّين، أحدهما مملوء بيضا، و الآخر مملوء تينا، فقال: اقشروا. فجعل يأكل بيضة و تينة حتى فرغ من السلين؛ ثم أتوه بقصعة مملوءة مخّا بسكر؛ فأكله، فأتخم و مرض فمات.

کتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۱۶

عيب الحمية:

و الأكلة كلهم يعيبون الحمية، و يقولون، الحمية إحدى العلتين.

و قالوا: من احتمى فهو على يقين من المكروه و هو فى شك من العافية! و قالوا: الحمية للصحيح ضارّة و للعليل نافعة.

الحمية و قولهم فيها

اشارة

قيل لبقراط: مالك تقل الأكل جدا؟

قال: إنى إنما آكل لأحيا، و غيرى يحيا ليأكل! و أجمعت الأطباء على أن رأس الداء كلّه إدخال الطعام على الطعام.

و قالوا: احذروا إدخال اللحم على اللحم؛ فإنه ربما قتل السباع فى القفر.

و أكثر العلل كلها إنما يتولد من فضول الطعام.

و الحمية مأخوذة عن النبى صلّى اللّه عليه و سلّم: رأى صهيبا يأكل تمرا و به رمد، فقال «أ تأكل تمرا و أنت أرمد؟».

و دخل على علىّ رضى اللّه عنه و هو عليل، و بيده عنقود عنب، فنزعه من يده.

و قال عليه الصلاة و السلام: «لا تكرهوا مرضاكم على الطعام و الشراب، فإن اللّه يطعمهم و يسقيهم».

و قيل للحارث بن كلدة طبيب العرب: ما أفضل الدواء؟

قال: الأزم [۴۳].

يريد قلة الأكل، و منه قيل للحمية: الأزمة، و للكثير أزمات.

و قيل لآخر: ما أفضل الدواء؟

قال: أن ترفع يدک عن الطعام و أنت تشتهيه.

أبو الأشهب عن أبى الحسن قال: قيل لسمرۀ بن جندب: إن ابنک إذا أکل طعاما کظّه ۴۴] حتى کاد أن يقتله.

قال: لو مات ما صليت عليه!

کتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۱۷

عبد الملک و مدعو إلى غدائه:

و دعا عبد الملک بن مروان رجلا إلى الغداء، فقال. ما فىّ فضل يا أمير المؤمنين.

قال: لا خير فى الرجل يأکل حتى لا يکون فيه فضل! فقال: يا أمير المؤمنين، عندى مستزاد، و لکن أکره أن أصير إلى الحال التى استقبحها أمير المؤمنين.

و قال الأحنف بن قيس: جنّبوا مجالسنا ذکر النساء و الطعام، فإنى أبغض الرجل يکون وصّافا لبطنه و فرجه.

و قيل لبعض الحکماء: أى الطعام أطيب؟

قال: الجوع؛ ما ألقيت إليه من شىء قبله.

و قال رجل من أهل الشام لرجل من أهل المدينة: عجبت منکم أن فقهاءکم أظرف من فقهائنا، و مجانينکم أظرف من مجانيننا!

قال: أو تدرى من أين ذلک؟

قال: لا أدرى.

قال: من الجوع، أ لا ترى أن العود إنما صفا صوته لما خلا جوفه!

الثورى فى ابنه:

و قال الجاحظ: کان أبو عثمان الثورى يجلس ابنه معه و يقول له: إياک يا بنىّ و نهم الصبيان، و أخلاق النوائح، و نهش الأعراب؛ و کل مما يليک، و اعلم أنه إذا کان فى الطعام لقمۀ کريمۀ، أو مضغۀ شهيّۀ، أو شىء مستطرف، فإنما ذلک للشيخ المعظّم، أو للصبى المدلّل، و لست بواحد منهما، و قد قالوا: مد من اللحم کمد من الخمر.

أى بنىّ، عوّد نفسک الأثرۀ، و مجاهدۀ الهوى و الشهوۀ، و لا تنهش نهش السباع، و لا تخضم خضم البراذين، و لا تدمن الأکل إدمان النعاج، و لا تلقم لقم الجمال؛ فإن اللّه جعلک إنسانا فلا تجعل نفسک بهيمۀ، و احذر سرعۀ الکظۀ، و سرف البطنۀ؛ فقد قال بعض الحکماء: إذا کنت نهما فعدّ نفسک من الزّمنى؛ و اعلم أن الشّبع داعيۀ البشم ۴۵]، و البشم داعيۀ السقم، و السقم داعيۀ الموت؛ و من مات هذه الميتۀ فقد مات

کتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۱۸

ميتۀ لئيمۀ، لأنه قاتل نفسه، و قاتل نفسه ألأم من قاتل غيره.

أى بنىّ، و اللّه ما أدّى حقّ الرکوع و السجود ذو کظۀ، و لا خشع للّه ذو بطنۀ، و الصوم مصحّۀ، و الوجبات ۴۶] عيش الصالحين.

أى بنىّ، لأمر ما طالت أعمار الهند، و صحت أبدان العرب؛ و للّه درّ الحارث بن کلدۀ إذ زعم أن الدواء هو الأزم، فالداء کله من فضول الطعام؛ فکيف لا ترغب فى شىء يجمع لک صحۀ البدن، و ذکاء الذهن، و صلاح الدين و الدنيا، و القرب من عيش

الملائکۀ! أی بنی، لم صار الضب أطول عمرا؟ إلا لأنه یتبلغ بالنسیم؛ و لم قال الرسول علیه الصلاۀ و السلام: إن الصوم وجاء[۴۷]؟ إلا لأنه جعله حجابا دون الشهوات؛ فافهم تأدیب اللّه عز و جل، و تأدیب رسوله علیه الصلاۀ و السلام.

أی بنی، قد بلغت تسعین عاما ما نغضت لی سنّ، و لا انتشر لی عصب، و لا عرفت ذنین ۴۸] أنف، و لا سیلان عین، و لا سلس بول؛ ما لذلک علۀ إلا التخفیف من الزاد؛ فإن کنت تحب الحیاۀ فهذه سبیل الحیاۀ، و إن کنت تحب الموت فلا أبعد اللّه غیرک!

سیاسۀ الأبدان بما یصلحها

الحجاج و طبیبه:

قال الحجاج بن یوسف للباذون طبیبه: صف لی صفۀ آخذ بها فی نفسی و لا أعدوها.

قال له: لا تتزوّج من النساء إلا شابۀ. و لا تأکل من اللحم إلا فتیّا، و لا تأکله حتی تنعم طبخه، و لا تشرب دواء إلا من علۀ، و لا تأکل من الفاکهۀ إلا نضیجها، و لا تأکل طعاما إلا أجدت مضغه، و کل ما أحببت من الطعام و اشرب علیه، فإذا

شربت فلا تأکل و لا تحبس الغائط و لا البول، و إذا أکلت بالنهار فنم، و إذا أکلت باللیل فامش قبل أن تنام و لو مائۀ خطوۀ.

و سئل یهود خیبر: بم صححتم علی وباء خیبر؟

قالوا: بأکل الثوم، و شرب الخمر، و سکنی الیفاع ۴۹]، و تجنّب بطون الأودیۀ و الخروج من خیبر عند طلوع النجم ۵۰] و عند سقوطه.

و قال قیصر لقس بن ساعدۀ: صف لی مقدار الأطعمۀ؛ فقال: الإمساک عن غایۀ الإکثار، و البقیا علی البدن عند الشهوۀ. قال: فما أفضل الحکمۀ؟ قال: معرفۀ الإنسان قدره. قال: فما أفضل العقل؟ قال: وقوف الإنسان عند علمه.

عبد الملک و أبو الزعیزعۀ:

و سأل عبد الملک بن مروان أبا المفوز: هل أتخمت قط؟ قال: لا. قال: و کیف ذلک؟ قال: لأنّا إذا طبخنا أنضجنا، و إذا مضغنا دققنا، و لا نکظّ المعدۀ و لا نخلیها.

و قیل لبزرجمهر: أی وقت فیه الطعام أصلح؟ قال: أ ما لمن قدر فإذا جاع، و [أ ما] لمن لم یقدر فإذا وجد! و قال: أربع تهدم العمر و ربما قتلن: الحمّام علی البطنۀ. و المجامعۀ علی الامتلاء، و أکل القدید الجافّ، و شرب الماء البارد علی الریق.

و قال إبراهیم النظام: ثلاثۀ أشیاء تفسد العقل: طول النظر فی المرآۀ، و الاستغراق فی الضحک، و دوام النظر فی البحر.

هارون و الأطباء:

الأصمعی قال: جمع هارون من الأطباء أربعۀ: عراقیا، و رومیا، و هندیا، و یونانیا؛ فقال: لیصف لی کلّ واحد منکم الدواء الذی لا داء معه. فقال العراقی:

الـدواء الـذى لا ـ داء معه حبّ الرشـاد الأبيض. و قـال الهنـدى: الهليلـج الأسود. و قال الرومى: الماء الحارّ، و قال اليونانى و كان أطبّهم: حب الرشاد الأبيض يولـد الرطوبـة، و الماء الحارّ يرخى المعـدة، و الهليلج الأسود يرق المعدة؛ و لكن الدواء الذى لا داء معه: أن تقعد على الطعام و أنت تشتهيه.

تدبير الصحة

ثم نـذكر بعـد هـذا من وصف الطعـام و حالا ـته، و ما يـدخل على الناس من ضـروب آفاته، بابا فى تـدبير الصـحة الـذى لا تقوم الأبدان إلا به، و لا تنمّى النفوس إلا عليه.

و قـد قـال الشـافعى: العلـم علمـان: علـم الأديـان، و علم الأبـدان؛ و لم نجـد بـدّا- إذ كـانت جملـة هـذه المطـاعم الـتى بهـا نمو الغراسة[۵۱]، و عليها مـدار الأغذيـة تضـرّ فى حالـة و تنفع فى أخرى- من ذكر ما ينفع منها و مقـدار نفعه، و ما يضـرّ منها و مبلغ ضرّه؛ و أن نحكم على كل ضرب منها بالأغلب عليه من طبائعه.

و قلمـا نجـد شـيئا ينفع فى حالـة إلا ـ و هو ضار فى الأخرى؛ أ لا ترى أن الغيث الـذى جعله اللّه رحمـة لخلقه، و حياة لأرضه، قد يكون منه السـيول المهلكـة، و الخراب المخيف؟ و أن الرياح التى سـخرها اللّه مبشـرات بين يـدى رحمته، قـد أهلك بها قوما و انتقم من قوم؟ و فى هذا المعنى قال حبيب الطائى:

و لم تر نفعا عند من ليس ضائراو لم تر ضرّا عند من ليس ينفع

قال خالد بن صـفوان [يوما] لخادمه: أطعمنا جبنا، فإنه يشهّى الطعام، و يهيج المعدة، و هو حمض العرب. قال: ما عندنا منه شىء. فقال: لا بأس عليك، فإنه يقدح ۵۲] الأسنان، و يشد البطن.

و لمـا كانت أبـدان الناس دائبـة التحلل، لما فيها من الحرارة الغريزيـة من داخل، و حرارة الهواء المحيط بها من خارج- احتاجت إلى أن يخلف عليها ما تحلل، و اضطرت لذلك إلى الأطعمة و الأشربة، و جعلت فيها قوة الشهوة ليعلم بها وقت

الحاجة منها إليها، و مقدار ما يتناول منها، و النوع الذى يحتاج إليه؛ و لأنه لا يخلف الشـىء الذى يتحلل و لا يقوم مقامه إلا مثله، و ليس تستطيع القوة التى تحيل الطعام و الشراب فى بدن الإنسان أن تحيل إلا ما شاكل البدن و قاربه؛ فإذا كان هذا هكذا فلا بد لمن أراد حفظ الصـحة أن يقصد لوجهين: أحدهما أن يدخل على البدن الأغذية الموافقة لما يتحلل منه، و الأخرى أن ينفى عنه ما يتولد فيه من فضول الأغذية.

ما يصلح لكل طبيعة من الأغذية

و ينبغى لك أن تعرف اختلاف طبائع الأبـدان و حالاتها، لتعرف بـذلك موافقـة كلّ نوع من الأطعمـة لكل صـنف من الناس؛ و ذلك أن الأغذيـة مختلفـة؛ منها معتدلة، كالتى يتولد منها الدم الخالص النقىّ؛ و منها غير معتدلة، كالتى يتولد منها البلغم و المرّة الصـفراء و السوداء و الرياح الغليظة؛ و منها لطيفة و منها غليظة؛ و منها ما يتولد عنه كيموس ۵۳] لزج و كيموس غير لزج؛ و منها ما له خاصة منفعة أو مضرة فى بعض الأعضاء دون بعض.

و كـذلك الأبـدان أيضا، منها معتـدل مسـتول عليه فى طبيعته الـدم الخالص النقى، و منها غير معتدل يغلب عليه البلغم أو إحدى

المرّتين، و منها متخلخل سريع التحلل، و منها مستحصف ۵۴] عسر التحلل، و منها ما يكون فى بعض أعضائها دون بعض؛ فقد يجب متى كان المستولى على البدن الدم النقى أن تكون أغذيته قصدا فى قدرها، معتدلة فى طبائعها؛ و متى كان الغالب عليه البلغم، فيجب أن تكون مسخنة، أو يغتذى بما يزيد فى الحرارة و يقمع فى الرطوبة؛ و متى كان الغالب عليه المرّة السوداء فينبغى له أن يغتذى بالأغذية الحارة الرطبة؛ و متى كان الغالب عليه المرة الصفراء فيغتذى بالأغذية الباردة الرطبة، و متى كان بدنه مستحصفا[۵۵]، عسر التحلل فينبغى أن يغتذى بأغذية يسيرة لطيفة جافة، و متى كان متخلخلا فينبغى له أن يغتذى بأغذية لزجة، لكثرة ما يتحلل من البدن.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۲۲

فهذا التدبير ينبغى أن يلتزم، ما لم يكن فى بعض أعضاء البدن ألم، فينبغى أن يستعمل النظر فى الأغذية الموافقة للعضو الألم؛ لأنا ربما اضطررنا إلى استعمال ما يوافق العضو الألم، و إن كان مخالفا لسائر البدن؛ كما أنه لو كانت الكبد باردة ضيقة المجارى، احتجنا إلى استعمال الأغذية اللطيفة و تجنّب الأغذية الغليظة، و إن كان سائر البدن غير محتاج إليها لضعف أو نحافة؛ لئلا تحدث الغليظة فى الكبد سددا؛ و ربما كانت الكبد حارة، فتحذر الأغذية الحلوة و إن احتاج إليها [البدن لسرعة استحالتها إلى المرة الصفراء، و ربما كانت المعدة ضعيفة، فتحتاج إلى ما يقوّيها من الأغذية؛ و ربما كان يولد الطعام فيها بلغما، فتحتاج إلى ما يجلوه و يقطعه؛ و ربما كان يتولد فيها المرة الصفراء سريعا، فتحتاج إلى ما يقمع الصفراء و إلى تجنّب الأشياء المولدة لها؛ و ربما كان الطعام يبقى على رأس المعدة طافيا، فيستعمل الأغذية الغليظة الراسبة، ليثقل بثقلها إلى أسفل المعدة؛ و تأمره بحركة يسيرة بعد الطعام، لينحط الطعام عن رأس المعدة. و ربما كان فضل الطعام بطىء الانحدار عن المعدة و الأمعاء، فتحتاج إلى ما يحدره و يلين البطن؛ و ربما كان رأس المعدة حارا قابلا للحار، فيتجنب الأغذية الحارة و إن احتاج إليها سائر البدن.

الحركة و النوم مع الطعام

و ينبغى ألا تقتصر على ما ذكرنا دون النظر فى مقدار الحركة قبل الطعام، و النوم بعده؛ فمتى كانت الحركة قبل الطعام كثيرة غذيناه بأغذية غليظة لزجة إلى اليبس مما هى بطيئة التحلل، و لم نأمره بالحمية لقلة الحاجة إليها، و متى لم تكن قبل الطعام حركة، أو كانت يسيرة، فينبغى أن لا يقتصر على الحمية بقلة الطعام و لطافته، دون أن يستعين على تخفيف ما يتولد فى البدن من الفضول باستفراغ الأدوية المسهلة، و بالحمّام، و بإخراج الدم؛ و متى كانت الحركة كافية استعملنا الأغذية المعتدلة فى كثرتها، و قدر لطافتها و غلظها؛ و متى كان النوم بعد الطعام كثيرا احتجنا إلى استعمال أغذية كثيرة غزيرة بالغذاء، لطول الليل و كثرة النوم؛ و متى كان النوم قليلا احتجنا إلى الطعام الخفيف اللطيف، كالذى يغتذى به فى الصيف، لقصر الليل و قلة النوم.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۲۳

تقدير الطعام و ما يقدم منه و ما يؤخر

و يجب فى الطعام أن يقدر فيه أربعة أنحاء:

أولها: ملاءمة الطعام لبدن المغتذى به فى الوقت الذى يغتذى به فيه، كما ذكرنا أيضا أنه متى كان الغالب على البدن الحرارة احتاج إلى الأغذية الباردة، و متى كان الغالب عليه البرد احتاج إلى الأغذية الحارة، و متى كان معتدلا احتاج إلى الأغذية المعتدلة المشاكلة له.

و النحو الثانى: تقدير الطعام، بأن يكون على مقدار قوة الهضم، لأنه و إن كان فى نفسه محمودا، و كان ملائما للبدن، و كان أكثر من قدر احتمال قوة الهضم، و لم يستحكم هضمه، تولد منه غذاء ردىء.
و النحو الثالث: تقديم ما ينبغى أن يقدّم من الطعام، و تأخير ما ينبغى أن يؤخر منه؛ و مثل ذلك أنه ربما جمع الإنسان فى أكلة واحدة طعاما يلين البطن و طعاما يحبسه، فإن هو قدم الملين و أتبعه الآخر، سهل انحدار الطعام منه: و متى قدم الطعام الحابس و أتبعه الملين، لم ينحدر و فسدا جميعا. و ذلك أن الملين حال فيما بينه و بين نزول الطعام الحابس، فبقى فى المعدة بعد انهضامه، ففسد به الطعام الآخر. و متى كان الطعام الملين قبل الحابس انحدر الملين بعد انهضامه، و سهل الطريق لانحدار الحابس. و كذلك أيضا لو جمع أحد فى أكلة واحدة طعاما سريع الانهضام و آخر بطىء الانهضام، فينبغى له أن يقدّم البطىء الانهضام و يتبعه السريع الانهضام، ليصير البطىء الانهضام فى قعر المعدة. لأن قعر المعدة أسخن، و هو أقوى على الهضم، لكثرة ما فيه من أجزاء اللحم المخالطة له، و أعلى المعدة عصبى بارد لطيف ضعيف الهضم، و لذلك إذا طفا الطعام على رأس المعدة لم ينهضم.
و النحو الرابع: أن يتناول الطعام الثانى بعد انحدار الأول و قد قدّم قبله حركة كافية و أتبعه بنوم كاف، استمراءه؛ و من أخذ الطعام و قد بقى فى معدته أو أمعائه بقية من الطعام الأول غير منهضمة، فسد الطعام الثانى ببقية الأوّل.
كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۲۴

باب الحركة و النوم مع الطعام

و من أكل الطعام بعد حركة كافية و أخذه على حاجة من البدن إليه، وافى الطعام الحركة الغريزية قد اشتعلت. و من تناول طعاما من غير حركة و أخذه مع غير حاجة من البدن إليه، وافى الطعام الحركة الغريزية خامدة بمنزلة النار الكامنة فى الزناد.
و من أتبع الطعام بنوم، بطنت الحرارة الغريزية فيه فاجتمعت فى باطن البدن فهضمت طعامه. و من أتبع الطعام بحركة، انحدر عن معدته غير منهضم و انبث فى العروق غير مستحكم، فأحدث سددا و عللا فى الكبد و الكلى و سائر الأعضاء.
و ربما كانت الأطعمة لضعف المعدة تطفو فيها و تصير فى أعلاها، فلا تأمره بالنوم حتى ينحدر الطعام عن المعدة بعض الانحدار و يصير فى قعر المعدة. و ربما أمرنا بحركة يسيرة كما ذكرنا آنفا، لانحدار الطعام عن المعدة بعض الانحدار.
و إن أكثر الشراب منع الطعام من الانهضام، لأنه يحول فيما بين جرم ۵۶] المعدة و بين الطعام، و إذا لم تلق المعدة الطعام لم تحله إلى مشاكلة البدن و موافقته، فيبقى فيها غير منهضم. فيجب لذلك على من أخذ الطعام أن يتناول معه من الشراب ما يسكن به حرّ العطش و يصبر على قدر احتماله من العطش، و يصبر حتى ينهضم، ثم يتناول بعد ذلك من الشراب ما أحب، فإنه بعد ذلك يعين على انحدار الطعام و ترقيقه لتنفيذه فى المجارى الدّقاق.
و يجب أيضا أن يكون أخذه للطعام فى وقت حركة الشهوة؛ و ذلك أنه إذا تحركت الشهوة و لم يبادر بأخذ الطعام، اجتذبت المعدة من فضول البدن ما إذا صار فى المعدة أبطل الشهوة، و أفسد الطعام إذا خالطه.

الأوقات التى يصلح فيها الطعام

أجود الأوقات كلها للطعام الأوقات الباردة. لجمعها الحرارة فى باطن البدن فأما الأوقات الحارة فينبغى أن يجتنب أخذ الطعام فيها، لأن حرارة الهواء تجذب الحرارة

کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفرید)، ج۴، ص: ۲۵
الباطنة الغريزية إلى ظاهر البدن و يخلو منها باطنه، فتضعف الحرارة فى باطنه عن هضمه. فلذلك كانت القدماء تفضل العشاء على الغداء لما يلحق العشاء من اجتماع الحرارة على باطن البدن، لبرد الليل و النوم، و لأن الحرارة فى النوم تبطئ، و يسخن باطن البدن و يبرد ظاهره. و اليقظة على خلاف ذلك، لأن الحرارة تنتشر فى ظاهر البدن و تضعف فى باطنه. و الذى يحتاج إلى كثرة الغذاء من الناس من كان الغالب على بدنه الحرارة، و كانت معدته لحرارتها سريعة الانهضام، و كانت كبده لحرارتها سريعة التوليد للمرة الصفراء؛ فلذلك يحتاج إلى الأطعمة الغليظة البطيئة الانهضام و يستمرئها، و يستمرئ لحم البقر و لا يستمرئ لحم الدجاج و ما أشبهه من الأطعمة الخفيفة.

و لا يصلح شىء من هذه إلا فى وقت تحرّك الشهوة، فإنه أفضل وقت يؤخذ فيه الطعام؛ و للعادة فى هذا حظ عظيم. أ لا ترى أنه من اعتاد الغداء فتركه و اقتصر على العشاء عظم ضرر ذلك عليه؟ و من كانت عادته أكلة واحدة فجعلها أكلتين لم يستمرئ طعامه، و من كانت عادته أن يجعل طعامه فى وقت من الأوقات فنقله إلى غير ذلك الوقت أضر ذلك به، و إن كان قد نقله إلى وقت محمود؛ فيجب لذلك أن يتبع العادة إذا تقادمت فطالت، و إن كانت ليست بصواب، إذا لم يجد شيئا اضطره إلى نقله؛ لأن العادة طبيعة ثانية كما ذكر الحكيم أبقراط، فإن حدث شىء يدعوه إلى الانتقال عنها فأوفق الأمور فى ذلك أن ينقل عنها قليلا قليلا.

و للشهوة أيضا فى استمراء الطعام أعظم الحظ؛ لأنها دليل على الموافقة و الملاءمة، فمتى كان طعامان متساويان فى الجودة، و كانت شهوة المحتاج إليهما إلى أحدهما أميل، رأينا إيثار المشتهى على الآخر، لأنه أوفق للطبيعة، و أسهل عليها فى الاستمراء. و متى كان أحدهما أجود من الآخر، و كانت شهوة المحتاج إليهما أميل إلى أردئهما. اخترناه على الأجود إذا لم نخف منه ضررا لكثير ما ينال منه من المنفعة، لقبول المعدة له و استمرائها إياه.

فقد بان أنه يحتاج فى حال الأغذية و جودة تخير الأطعمة إلى معرفة اختلاف الطبائع و حالاتها؛ فقد بينت اختلاف طبائع الأبدان و حالاتها، و ما يجب على كل

کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفرید)، ج۴، ص: ۲۶
واحدة منها من أنواع الأطعمة و الأشربة؛ و بقى أن نبين اختلاف قوى الأطعمة و الأشربة. و أن أصف أنواع الأغذية و أسمّى ما فى كل صنف منها إن شاء اللّه تعالى.

الأطعمة اللطيفة

هى التى يتولد منها دم لطيف، فمنها لباب خبز الحنطة، و الحب المقشور، و لحم الفراريج، و لحم الدّراج ۵۷] و الطّهيوج ۵۸] و الحجل، و فراخ الحجل، و أجنحة الطيور، و ما لان لحمه من صغار السمك و لم تكن فيه لزوجة، و القرع، و الماش ۵۹]؛ و ما أشبه.

و هذا الجنس من الأطعمة نافع لمن ليست له حركة و كانت الحرارة الغريزية فى بدنه ضعيفة و لم يأمن أن يتولد فى بدنه كيموس غليظ، أو يتولد فى كبده أو طحاله سدد، أو فى كلاه، أو فى صدره، أو فى دماغه، أو فى شىء من مفاصله من البلغم.

الاطعمة اللطيفة فى نفسها الملطفة لغيرها

هى التى يكون ما يتولد منها لطيفا، و يلطّف ما يلقاه من الكيموس اللزج الغليظ فى البدن.
و هذا الجنس من الأطعمة أربعة أصناف: صنف منها حلو لطيف لما فيه من قوة الجلاء، مثل: ماء الشعير، و البطيخ، و التين اليابس، و الجوز، و العسل و الفستق و ما يعمل منه من الناطف.
و هذا الجنس من منفعته من جنس الأول من الأطعمة اللطيفة، إلا أنه أبلغ فى تلطيف البدن.
و الصنف الثانى حار، حرّيف، كالحرف، و الثوم، و الكراث، و الكرفس

و الكرنب، و الصّعتر، و النعنع، و الرازيانج، و الشرب الأصفر اللطيف العتيق الحار.
و هذا كله نافع لمن احتاج إلى فتح السدد التى فى الكبد، و الطحال، و الصدر و الدماغ، و تقطيع البلغم و ترقيقه.
و لا ينبغى لأحد أن يكثر استعماله، لأنه يرقق الدم أولا و يصيره مائيا، فيقل لذلك غذاء البدن و يضعف، ثم إنه يسخن البدن سخونة مفرطة، فيصير أكثره مرة صفراء، ثم إنه بعد ذلك إذا تمادى مستعمله فى استعماله حلل لطيف الدم و ترك غليظه، فصار أكثره مرة سوداء، و ربما تولد من ذلك حجارة فى الكلى؛ و مضرة هذا الصنف أشد ما تكون على من كانت المرة الصفراء غالبة عليه.
و الصنف الثالث: يذهب و يلطف بملوحته، كالمرى ۶۰] و ما لان لحمه و قل شحمه من السمك إذا ملح، و السلق، و ماء الجبن، و كلّ ما جعل فيه من الأطعمة الملح، و المرى، البورق.
و منافع هذا الصنف و مضاره قريبة من منافع الأشياء الحريفة و مضارّها، إلا أن هذا الصنف فى تنقية المعدة و الأمعاء و تليين الطبيعة أبلغ.
و الصنف الرابع: يقطع و يلطف بحموضته، كالخل، و السكنجبين، و حماض ۶۱] الأترجّ، و ماء الرمان الحاض، و كل ما يتخذ بها من الأطعمة.
و هذا الصنف نافع لمن كانت معدته و سائر بدنه حارا إذا تولد فيه بلغم من غلظ ما يتناول من الأغذية و من كثرتها.

الاطعمة الغليظة فى نفسها الملطفة لغيرها

منها: البصل، و الجزر، و الفجل، و السلجم ۶۲]، و ما أشبه ذلك.
فهذه الأطعمة فى نفسها غليظة و تلطّف ما تلقى من الشىء الغليظ بما فيها من الحدّة

و الحرافة؛ و هى تولد كيموسا غليظا، و متى ما طبخ شىء منها أو شوى ذهب عنه قوة الحرافة و التقطيع، و بقى جرمه غليظا رديئا؛ و قد يتناول للمنفعة بتقطيع هذه الأطعمة و تلطيفها، و يسلم من غلظ جرمها، على إحدى ثلاث جهات: إما أن تطبخ فتلطف، كالذى يفعل بالبصل؛ و إما أن تعصر أو تطبخ ثم يستعمل ماؤها؛ و إما أن تؤكل نيئة فتقطع البلغم، كالذى يفعل بهما جميعا.

الاطعمة الغليظة

الغالب على الأطعمة الغليظة كلها اليبس و اللزوجة؛ فمنها شىء يكون اليبس و اللزوجة من طبعه، و منها ما يكتسب اليبس من غيره.

فالـذى يكون اليبس من طبعه. العـدس، و لحم الأرانب، و البلوط، و الشاه‌بلوط، و الكمأة، و الباقلى المقلوّ؛ هـذه كلها غليظة، لأن اليبس فى طبائعها.

و أمـا الـذى يكتسب اليبس من غيره، فـالكبود[۶۳]، و الـبيض المسـلوق، و المشـوى و مـا قلى، و اللبن المطبـوخ طبخـا كـثيرا، و الضـروع، و عصـير العنب المطبوخ، لا ـ سـيما إن كـان العصـير غليظا؛ فهـذه كلها غليظـة، لأن الحرارة بالطبـخ أحـدثت لها يبسا و انعقادا.

و أما لحوم الإبل، و لحوم التيوس، و لحوم البقر، و الكروش، و الأمعاء، فإنها غليظة بصـلابتها؛ و كذلك الترمس، و ثمر الصنوبر، و السلجم ۶۴]، و اللوبيا، و ما خبز على الفرن؛ فإن ظاهره غليظ، لما أحدثت به النار من اليبس، و باطنه غليظ، لما فيه من اللزوجة؛ و كذلك كل ما لم يجد عجنه أو خبزه أو إنضاجه من خبز التنور، و كل ما خبز على الطابق بدهن أو غيره، و الفطير، و الشهد، و اللبن، و الأدمغة؛ فإنها كلها غليظة، للزوجة فيها طبيعية.

و أما الفالوذج فإنه غليظ للزوجته و الانعقاد الحادث له من الطبخ.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۲۹

و أما الباذنجان فإنه غليظ لليبس و للزّوجة فى طبعه.

و أما الخبز فإنه غليظ لاجتماع الحالات الثلاث فيه.

فأما السمك الصلب اللزج فإنه غليظ لاجتماع الصلابة و اللزوجة فيه.

و أما الآذان و الشّـفاه و أطراف العضو، فإنها تولد كيموسا لزجا ليس بالغليظ و قد تولد ما يعرض من الأغذية الباردة عن هضمها و تلطيفها، كالذى يعرض من أكل الفاكهة قبل نضجها، و من أكل الخيار و القثاء، و شحم الأترج و اللبن الحامض.

فهـذه الأطعمـة الغليظـة كلها إن صادفت بـدنا حارا كثير التعب قليل الطعام كثير النوم بعيـد الطعام انهضـمت و غذت البدن غذاء كثيرا نافعا، و قوّته تقوية كثيرة.

و أحمد ما تستعمل هذه الأغذية فى الشتاء، لاجتماع الحرارة فى باطن البدن و طول النوم؛ و متى أحس أحد فى نومه نقصانا بيّنا و أكلها من يجد الحرارة فى بـدنه قليلـة و لا سـيما فى معدته، و من تعبه قليل و نومه بعد الطعام قليل- لم يستحكم انهضامها، و تولـد منها فى البـدن كيموس غليظ حار يابس، يتولـد منه سدة فى الكبد و الطحال؛ فلذلك ينبغى لمن أكل طعاما غليظا من غير حاجة إليه لعلة أو شهوة أن يقلّ منه و لا يعوّده، و لا يدمنه.

و ما كان من الأطعمة الغليظة له مع غلظه لزوجة، فهو أغذاها للبدن؛ فإن لم ينهضم فهو أكثرها توليدا للسدد.

الأطعمة المتوسطة بين اللطيفة و الغليظة

تصـلح لمن كان بدنه معتدلا صحيحا، و لم يكن تعبه كثيرا؛ و أجود الأغذية له المتوسطة، لأنها لا تنهكه و لا تضعفه كاللطيفة، و لا تولد خاما[۶۵] و لا سددا كالغليظة.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۳۰

و هى كل ما أحكم صنعه من الخبز، و لحوم البقر، و الدجاج، و الجداء، و الحولية من المعز.

و أما لحوم الخرفان و الضأن كلها فرطبة لزجة.

و أما لحم فراخ الحمام و القطا فهو يولد دما سخنا و أغلظ من الدم المعتدل.

و أما فراخ الوراشين ۶۶] فإنها مثل فراخ الحمام و القطا[۶۷] و الإوز، فأجنحتها معتدلة و سائر البدن كثير الفضول.
و كل ما كثرت حركته من الطير و كان مرعاه فى موضع جيد الغذاء صافى الهواء، كان أجود غذاء و ألطف؛ و كل ما كان على خلاف ذلك فهو أردأ غذاء و أوسخ.
و كل ما لم يستحكم نضجه من البيض، و خاصة ما ألقى على الماء الحار و أخذ من قبل أن يشتد، فهو معتدل.
و كل ما كان من لحم السمك ليس بصلب و لا كثير اللزوجة، و الزهومة[۶۸]، و ما كان مرعاه نقيا من الأوساخ و الحمأة، فهو معتدل جيّد الغذاء.
و من الفواكه التين و العنب إذا استحكم نضجهما على الشجر و أسرعت الانحدار إلى الجوف، كان ما يتولد منها معتدلا، فإن لم تسرع الانحدار فلا خير فيها.
و من البقول الهندبا، و الخس، و الهليون.
و من الأشربة كلها ما كان لونه ياقوتيا صافيا و لم يكن عتيقا جدا.

الأطعمة الحارّة

يحتاج إليها من كان الغالب عليه البرودة، فى الأوقات و البلاد الباردين؛ و ينبغى أن يتجنبها من كان حارّ البدن، و فى الأوقات الحارّة و البلاد الحارة.

منها: الحنطة المطبوخة، و الخبز المتخذ من الحنطة، و الحمص، و الحلبة، و السمسم، و الشهدانج، و العنب الحلو، و الكرفس، و الجرجير، و الفجل، و السلجم، و الخردل، و الثوم، و البصل، و الكراث، و الخمر العتيق.
و أسخن الأشربة الحارّة العتيق الأصفر.

الأطعمة الباردة

ينبغى أن يستعملها من كان حارّ البدن، و فى الأوقات الحارّة و البلد الحارّ.
و هى: الشعير و ما يتخذ منه، و الجاورس، و الدّخن، و القرع، و البطيخ، و الخيار، و القثاء، و الإجاص، و الخوخ، و الجمار، و ما بين الحموضة و العفوصة[۶۹]، من العنب، و الزبيب، و الطلع ۷۰]، و البلح، و الخس، و الهندبا، و البقلة الحمقاء، و الخشخاش، و التفاح، و الكمثرى، و الرمان.
فما كان من الرمان عفصا فهو بارد غليظ، و ما كان حامضا فهو بارد لطيف.
فأما الخل فهو بارد لطيف، و هو ضارّ بالعصب.
و ما كان أيضا من الشراب عفصا فهو أقل حرارة، و ما كان من ذلك حديثا غليظا فهو بارد.

الأطعمة اليابسة

يحتاج إلى الأطعمة اليابسة من كان الغالب على بدنه الرطوبة، و فى الأوقات الرطبة و البلد الرطب.
منها العدس، و الكرنب، و السويق، و كل ما يشوى و يطبخ و يقلى، و كل ما أكثر فيه السّذاب و المرى و الخل و الإبزار و

الخردل، و لحم المسنّ من جميع الحيوان.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۳۲

الأطعمة الرطبة

يحتاج إلى الأطعمة الرطبة من أفرط عليه اليبس، و فى الأوقات اليابسة و البلاد اليابسة.

و هى: الشعير، و القرع، و البطيخ، و القثّاء، و الخيار، و الجوز الرطب، و العنب، و النبق، و الإجاص، و التوت، و الجمار، و الخس، و البقلة اليمانية، و القطف ۷۱]، و الباقلى ۷۲] الرطب، و الحمص الرطب، و اللوبيا الرطبة و كل ما يطبخ بالماء و يسلق به و تقل فيه الإبزار و الخل و المرى و السذاب، و جميع لحوم صغار الحيوان.

الأطعمة القليلة الفضول

أجنحة الطيور، و أكارع المواشي و رقابها، ما يربى فى البر[۷۳] من الحيوان فى المواضع الجافة.

الأطعمة الكثيرة الفضول

منها لحم الأوز خلا الأجنحة، و الأكباد كلها من جميع الحيوان، و النخاع، و الدماغ، و الطيور التى فى الفيافى و الآجام، و الحمص الطرى، و الباقلى الطرى، و لحم الضأن، و لحم المراضع من كل الحيوان، و لحم كل ساكن غير سريع النهوض، و ما كان من السمك على ما ذكرنا صلبا لزجا.

الأطعمة التى غذاؤها كثير

كل ما غلظ من الأطعمة إذا انهضم غذى كثيرا، و كل ما كان له فضول كان غذاؤه كثيرا.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۳۳

و قد يحتاج إلى الأطعمة الكثيرة الغذاء من احتاج إلى أن يأخذ طعاما قليلا يغذّى غذاء كثيرا، كالناقة و المسافر، و كالذى يثقل معدته الكثير من الطعام و بدنه يحتاج إلى غذاء كثير.

فمن ذلك لحم البقر، و الأدمغة، و الأفئدة، و حواصل الطير كلها، و السمك الغليظ اللوح، و السميذ، و الباقلى، و الحمص، و اللوبيا، و الترمس، و العدس، و التمر، و البلّوط، و الشاة بلّوط[۷۴]، و السّلجم، تغذو غذاء كثيرا لغلظها- و اللبن الحليب، و الشراب الأحمر. و غذاء اللبن كله أغلظه و أرقه، أقلّ غذاء.

و أغلظ اللبن لبن البقر و لبن النعاج، و أرقه لبن الاتن ۷۵] و ألبان اللّقاح، و ألبان الماعز متوسطة بين ذلك.

و أغذى الأشربة النبيذ الأحمر الغليظ الحلو، ثم الغليظ الأسود الحلو، ثم الغليظ الأبيض الحلو، ثم من بعد هذه الأشربة العفصة الغليظة الحلوة و كل ما مال إلى الحمرة و الحلاوة كان أغذى، و الأبيض أقلها غذاء.

الأطعمة التى غذاؤها قليل

كل ما كان من الأطعمة لطيفا كان غذاؤه قليلا، و كل ما أفرط فيه اليبس أو الرطوبة، أو كثرة الفضل، قل غذاؤه، كالأكارع، و الكروش، و المصارين، و الشحم، و الآذان، و الرئة، و لحم الطير كله، و ما ملح من الحيوان- قليل الغذاء لليبس الذى فيه- و كذلك الزيتون، و الفستق، و الجوز، و اللوز، و البندق، و الغبيرا[٧۶]، و الزّعرور[٧٧]، و الخرّوب، و البطم ٧٨]، و الكمثرى العفص، و الزبيب العفص؛ فإنما قلّ غذاؤهما للعفوصة.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ٣۴

و أما السمك، و القرع، و الرمان، و التوت، و الإجاص، و المشمش، فإنما قل لكثرة رطوبتها؛ و غذاؤها غير باق سريع التحلل.

و أما خبز الشعير، و الخشكار[٧٩]. و الباقلى الرطب؛ و جميع البقول، مثل الكرنب، و السلق، و الحماض، و البقلة الحمقاء، و الفجل، و الخردل، و الحرف، و الجزر- فقليل الغذاء، لكثرة الفضل فيها.

و أما البصل، و الثوم، و الكراث؛ فإنها إذا أكلت نيئة لم تغذ، و إذا طبخت غذّت غذاء يسيرا.

و أما التين، و العنب، فإنهما بين ما قل غذاؤه و ما كثر غذاؤه.

الأطعمة التى تولد كيموسا جيدا

كل ما كان معتدلا من الأطعمة لم تفرط فيه قوّة و لم يجاوز القدر فيه، ولد دما خالصا نقيا صحيحا، و كل ما كان كذلك فهو موافق لجميع الأبدان و فى جميع الأوقات، و هو لجميع الأبدان المعتدلة فى جميع الأوقات، و فى الأوقات المعتدلة أوفق؛ لأن ما تجاوز الاعتدال من الأبدان يحتاج من الأطعمة إلى ما فيه قوّة تجاوز الاعتدال؛ و كذلك الأبدان المعتدلة فى الأوقات التى ليست بمعتدلة.

و فى الأطعمة ما هو غليظ و ما هو لطيف و ما هو بين ذلك، و أجودها لجميع الناس ما كان معتدلا منها، بين الغليظ و اللطيف، و ما هو بين ذلك.

و قد وصفنا الأطعمة الغليظة و اللطيفة و المتوسطة. و متى يصلح كل صنف منها؛ فبقى علينا أن نخبر بجملة الأطعمة المولدة الكيموس الجيّد، و قسمتها على ما قسمناها.

فمن ذلك خبز الحنطة النقى المحكم الصنعة إن كان من يومه، و لحم الدجاج،

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ٣۵

و الجداء، و حولية الماعز، و ما كان من السمك ليس بصلب و لا كثير اللزوجة، و ما لم يكن له زهومة[٨٠] و لم يكن له سمن كثير، و ما كان مرعاه فيما ليس فيه أوساخ و لا حمأة و لم يكن سريع العفونة، و كل ما اشتد و استحكم نضجه من البيض، و كل شراب طيب الريح ياقوتى اللون ليست فيه حلاوة- كل ذلك يولد كيموسا[٨١] معتدلا بين اللطيف و الغليظ.

و أما الدراج ٨٢]، و الفراريج و أجنحة جميع الطير، و ما صغر من السمك و كان مرعاه على ما وصفنا، و ما ألقى عليه من السمك الملح فصار رخصا و ذهبت لزوجته، و ماء كشك الشعير، و الشراب الطيب الرائحة الاحمر- فكل ذلك جيد الكيموس لطيف.

و اما اللبن الحليب فإنه جيد الكيموس، إلا ان فيه غلظا؛ و لذلك ربما تجبن فى المعدة؛ فلهذه العلة يخلط به العسل و الملح، و يرق بالماء.

و أجود اللبن و اعدله لبن الماعز؛ لانه ألطف من لبن الضأن و البقر، و أغلظ من لبن الأتن و اللّقاح ٨٣].

و ینبغی للبن أن یؤخذ من حیوان صحیح شابّ جید الغذاء.

و لاـ یحتلب فی وقت مـا یضع الحیوان، و لاـ بعـد ذلـک بزمـان طویل لأن اللبن من الحیوان فی وقت ما یضع غلیظ، ثم یرق بعد ذلک قلیلا قلیلا حتی یصیر مائیا، فلذلک کان أوّله و آخره ردیئا.

و أجود ما یؤخذ من اللبن ساعهٔ یحلب، قبل ان یغیره الهواء؛ لانه سریع الاستحالهٔ.

کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفرید)، ج۴، ص: ۳۶

و أما الخشکار[۸۴] من الخبز الرطب، و کل ما لم تحکم صـنعته من الخبز السمیذ، و خبز الفرن، و لحم العجل؛ و من اجزاء الغنم الضرع و الکبد و الفؤاد، و من الحبوب الباقلی، و من الشراب ما کان طیب الرائحهٔ حلوا- فکل ذلک یولد کیموسا غلیظا جدّا.

الأطعمهٔ التی تولد کیموسا[۸۵] ردیئا

کل ما لم یکن معتدلا من الاغذیهٔ لم یولّد دما خالصا صافیا.

و الأطعمهٔ الردیئهٔ الکیموس ثلاثهٔ أصناف: منها ما یزید فی البلغم، و منها ما یزید فی الصفراء، و منها ما یزید فی السوداء.

و ینبغی لجمیع الناس ان یجتنبوا الإکثار منها و ادمان اسـتعمالها و إن کانوا لها مستمرءین؛ لأنها و إن لم یتبین لها ضرر فی عاجل الامر، یجتمع منها فی بدن مدمن استعمالها مع طول الزمان کیموس ردیء، و کذا امراض ردیئهٔ، و اولی الناس بتجنّب کل صنف من أصنافها من کان الغالب علی بدنه ما یزید فیه ذلک الصنف.

فأقول: إن کل ما یتخذ من الخبز من دقیق کثیر النخالهٔ، أو ما عتق من الحنطهٔ- ردیء الکیموس یزید فی السوداء.

و لحـم الضـأن کله یزیـد فی البلغم، و لحم المـاعز المسن کله یزیـد فی السـوداء، و أردؤه لحم الـتیوس. و لحم البقر و الجزور و الاـرانب و الظباء و الایایل ۸۶]- کل هـذا یزیـد فی السوداء؛ و شـرّ هذه اللحوم لحم الجزور، و بعده لحم التیوس، لا سـیما ما لم یخص منها، و بعده لحم المسن من الضأن، و بعده لحم البقر؛ و کل ما خصی من هذه کان أجود غذاء.

کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفرید)، ج۴، ص: ۳۷

و أمـا لحـوم الاـرانب و الظبـاء و الایایـل، فهو دون جمیع مـا ذکرنـا من الرداءهٔ. و من أعضـاء الحیوان: الکلی، ردیئـهٔ الکیموس، لزهومتها و ما استفادت من رداءهٔ البول.

و الدماغ یزید فی البلغم، و کل البطون یزید فی البلغم، لکثرهٔ الزلال فیها.

و البیض المطجّن ۸۷] یولد غذاء غلیظا فاسدا، و کذلک الجبن، و لا سیما ما عتق منها. و العدس یزید فی السوداء.

و الدخن ۸۸] و الجاورس یولدان دما غلیظا.

و ما صلب لحمه من السمک و غلبت علیه اللزوجهٔ یولد البلغم، فإن ملح و عتق یولد السوداء.

و التین الیابس إن اکثر اکله ولد فضلا عفنا یکثر منه القمل.

و الکمثری و التفاح إن اکلا غیر نضـجین ولـدا کیموسا ردیئا، و کـذلک القثاء و الخیار؛ فأما البطیـخ و القرع فربما انهضـما و لم یحـدثا فی البـدن حـدثا ردیئا، و ربما فسدا فی المعدهٔ فولّدا کیموسا ردیئا، و لا سـیما إن صادفا فی المعدهٔ فضـلا ردیئا؛ فلذلک تعرض الهیضهٔ[۸۹] کثیرا من أکل البطیخ.

و البقول کلها ردیئهٔ الکیموس، لکثرهٔ الفضل فیها و قلهٔ الغذاء.

و أمـا البصل و الثوم و الکراث و الفجل و الجوز و السـلجم، فردیئـهٔ لما فیها من الحرارهٔ و الحرافـهٔ، و ربما زادت فی الصـفراء، و

ربما زادت فی السوداء أیضا کما ذکرت آنفا، إلا انها إن طبخت و صب ماؤها و طبخت بماء ثان، ذهبت الحرافة و الرداءة عنها.
و الباذروج ۹۰] یسخّن الدم و یجففه تجفیفا شدیدا.
کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفرید)، ج‏۴، ص: ۳۸
و الکرنب ۹۱] یولد السوداء، و کذلک جمیع البقول الردیئة.

الاطعمة المتوسطة الکیموس

و هی بین ما یولد الکیموس الجید و ما یولد الکیموس الردیء. فمنها خبز الخشکار، و لحم الخصیان من المعز و الضأن.
و من الأعضاء: اللسان و الامعاء و الذنب.
و من الفاکهة: العنب و البطیخ- و المعلق من العنب أجود- و التین، و الیابس من الجوز، و الشاه‏بلوط.
و من البقول الخس، و بعده الهندبا، و بعده الخبازی، و بعده القطف و البقلة الحمقاء الیمانیة، و الحامض، و ما لم یکن فیه حدّة کثیرة من الأصول.

الاطعمة السریعة الانهضام

إنما یسرع الانهضام لاحد وجهین: فالوجه الاول منها إذا کانت الاطعمة غیر یابسة کالعدس، و لا صلبة کالترمس، و لا لزجة کالحنطة، و لا خشنة کالسمسم، و لا کریهة کالسذاب، و لا کثیرة الفضول کالأرز، و لا یغلب علیها برد شدید کاللبن الحامض، و لا حرّ شدید کالعسل.
و الوجه الثانی لطبیعة البطن المستمریء لها، و ذلک لاحد وجهین: الاول موافقة الأغذیة، و مشاکلة الأبدان الطبیعیة، کالأطعمة التی یشتهیها و یلذها الإنسان؛ فقد تجد الناس یختلفون فی شهواتهم، و یستمرئ کل واحد منهم ما شهوته إلیه أمیل، و إن کان الذی لا یشتهیه احمد من الذی یشتهیه. و الوجه الثانی: لمزاج عارض یصادف من الاطعمة مضادة، کالذی تری ان من غلب علیه الحر لعلة من العلل، کان للاطعمة الباردة أشد استمراء، لما یطفئ من حرارة البدن، و یعدل البدن؛ و من غلب علیه البرد
کتب طبی انتزاعی (عربی) (العقد الفرید)، ج‏۴، ص: ۳۹
استمرأ الحارّ و لم یستمرئ البارد؛ و من رطب بدنه کله أو معدته استمرأ الأطعمة الجافة و لم یستمرئ الرطبة؛ و من عرض له الیبس خلاف ذلک.
فقد بان بما ذکرناه ان الاطعمة اللطیفة و المتوسطة فی نفسها سریعة الانهضام و قد یجوز ان تکون الاطعمة الغلیظة أسرع انهضاما فی بعض الابدان أیضا؛ فقشر الخبز المحکم، و لحم الدجاج، و الفراریج، و الدراج، و الحجل، و کبود الاوز، و اجنحتها- سریعة الهضم.
و فی الجملة الجناح من کل طائر أسرع انهضاما من سائره، و لیس فی الطیر کلها أسرع انهضاما من المواشی؛ و کل ما کان من الحیوان یابسا فصغیره أسرع انهضاما؛ و کذلک لحم العجاجیل ۹۲] أسرع من لحم البقر، و لحم الجدی الحولی اسرع انهضاما من لحم المسن من الماعز؛ و کل ما کان من الحیوان أرطب فکبیره من قبل أن یسن أسرع انهضاما من صغیره؛ الا- تری ان الحولی من الضأن اسرع انهضاما من الخروف؟ و کل ما کان مرعاه من المواضع الیابسة کان اسرع انهضاما مما مرعاه فی المواضع الرطبة؛ و کل ما کان جرمه ۹۳] متخلخلا فهو أسرع انهضاما مما کان جرمه متلزّزا، و لذلک کان الجوز أسرع انهضاما

من البندق، و البيض الحارّ أمرأ من البيض البارد، و الشراب الحلو أمرأ من العفص ۹۴].

الاطعمة البطيئة الانهضام

إنما يعسر الانهضام من الطبيعة فى الطعام إذا كان يابسا، او صلبا، او لزجا، او متلزّزا[۹۵]، او كثير الدسم، أو كثير الفضول، أو كريه الطعم، أو الحرافة فيه مفرطة، او البرد، او الحر، او مخالفا للمزاج الطبيعى إذا لم يشته.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۴۰

فلحم البقر، و لحم الإبل، و الكروش، و الامعاء، و الاوز، و الآذان من جميع الحيوان، و الجبن، و البيض البارد- عسرة الانهضام، ليبسها و صلابتها.

و كذلك من الطير: الوراشين، و الفواخت ۹۶]، و الطواويس، و القوانص من جميع الطير- عسرة الانهضام.

و من الحبوب: الارز، و التّرمس، و العدس، و الدّخن، و الجاورس، و البلّوط، و الشاهبلوط.

و أما لحم التيوس و أكارع البقر، فعسرة الانهضام لزهومتها[۹۷] و كراهتها.

و أما لحم الضأن، و الكبود من جميع الحيوان، و الاوز- فلكثرة الفضول فيها.

و أما الجبن الحامض فلبرده.

و أما الحنطة المصلوفة فللزوجتها و تلززها.

و أما الباقلاء و اللوبياء فلكثرة النفخ فيها.

و أما السمسم فلكثرة دهنه.

و أما العنب و التين و سائر الفواكه إذا لم يستحكم نضجها، و الاترج و الباذورج ۹۸]، و السلجم، و الجوز، و الشراب الحديث الغليظ- فلكثرة الفضول فيها.

الاطعمة الضارة للمعدة

السّلق ردىء للمعدة، للذعه إياها و لما فيه من الحدة البورقية.

و الباذورج و السلجم ما لم يستقص طبخهما، للذع فيهما.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۴۱

و البقلة اليمانية و القطف، للزوجتهما. فلذلك ينبغى ان يؤكلا بالخل، و المرى.

و الحلبة رديئة للمعدة للذعها إياها.

و السمسم ردىء للمعدة، للزوجته و كثرة دهنه.

و اللبن لسرعة استحالته فى المعدة.

و العسل ما اكثر منه لذع المعدة و غثاها.

و البطيخ أيضا يغثى، إذا لم ينضج فى المعدة ولد كيموسا رديئا: فينبغى بعد أكل البطيخ أن يأكل طعاما كثيرا جيد الكيموس.

و الادمغة ايضا كلها رديئة للمعدة، فلذلك ينبغى أن تؤكل بالصعتر و الفوذنج البرّى و الخردل، و الملح، و كذلك المخاخ.

و النبيذ الحديث الغليظ الاسود العفص يسرع الحموضة فى المعدة و يغثى.

الاطعمة التى تفسد فى المعدة

المشمش، و السمسم، و التوت، و البطيخ- إذا لم يسرع انحدارها عن المعدة و صادفت كيموسا رديئا أسرع إليها الفساد؛ فيجب ان تؤكل قبل الطعام و المعدة نقية ليسرع انحدارها عنها و يسهل الطريق لما يؤكل بعدها من الطعام، فإن أكلت بعد الطعام فسدت لبقائها فى المعدة، و أفسدت سائر الطعام بفسادها، و ربما بلغ الفساد بها إلى أن تصير بمنزلة السم القاتل.

الاطعمة التى لا يسرع إليها الفساد فى المعدة

من كان يفسد طعامه فى معدته، فأجود الاطعمة له ما كان غليظا بطىء الانحدار مثل لحم البقر و أكارعها، و ما أشبه ذلك مما ذكرناه من الاطعمة الغليظة.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۴۲

الاطعمة الملينة المسهلة للبطن

كل ما كان من الاطعمة فيه حلاوة او حدّة او ملوحة أو لزوجة؛ فمن ذلك ماء العدس و ماء الكرنب، يلينان الطبع، و جرمهما يمسك البطن؛ و كذلك مرقة الهرمة، و خبز الخشكار[۹۹] مع العسل، و زيتون الماء إذا كان قبل الطعام مع مرى- ليّن البطن؛ فإذا كان أيضا مع الطعام بلا مرى، فإنه يقوى المعدة على دفع الطعام لعفوصته. و كذلك ما عمل بالخل منه- و كل طعام عفص فإنه دابغ للمعدة مقوّ لها- فأما اللبن و ماء الجبن فيلينان البطن، و لا سيما إذا خلط بهما الملح.

و لحم الصغير من الحيوان، و السلق، و القطف، و البقلة اليمانية، و القرع، و البطيخ، و التين، و الزبيب الحلو؛ و التوت الحلو، و الجوز الرطب، و الإجاص الرطب و السّكنجبين ۱۰۰]، و النبيذ الحلو- ملين للبطن.

الاطعمة التى تحبس البطن

إذا كان الطعام ينحدر عن المعدة قبل انهضامه احتجنا إلى الاطعمة الممسكة الحابسة للبطن.

و كل ما غلب عليه من الاطعمة اليبس او العفوصة او الغلظ، كالسفرجل، و الكمثرى، و حب الآس، و ثمر العوسج، و جرم ۱۰۱] العدس، و البلّوط، و الشاهبلوط، و النبيذ العفص- يمسك البطن، لعفوصته و قبضه.

و الجاورس، و الدخن، و سويق الشعير- تمسك البطن بيبوستها.

و لحم الارانب، و الكرنب المطبوخ بعد صب مائه الاول عنه ثم يطبخ بماء ثان- فإنه يمسك البطن ليبسه.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۴۳

و اللبن المطبوخ، و الجبن- كلاهما يمسك البطن لغلظه؛ و ذلك ان يطبخ اللبن حتى تفنى مائيّته، و يبقى جرمه، و ربما ولد سددا فى الكبد و حجارة فى الكلى.

و أما الاشياء الحامضة، كالتفاح الحامض، و الرمان الحامض- فإن صادفت فى المعدة كيموسا غليظا قطعته و حدرته و لينت البطن، و إن صادفت المعدة نقية امسكت البطن.

الاطعمة التى تولد السدد

اللبن الغليظ، و الجبن- ربما احدثا سددا فى الكبد و حجارة فى الكلى لمن اكثر استعمالهما و كانت كلاه و كبده مستعدة لقبول الآفات.

و جميع الاطعمة الحلوة رديئة للكبد و الطحال، فإذا اكل معها الفوذنج الجبلى و الصعتر، و الفلفل- فتح سدد الكبد، و الطحال.

و الرطب، و التمر، و جميع ما يتخذ من الحنطة سوى الخبز الجيد المضغة، و الاشربة الحلوة أيضا- تولّد سددا فى الكبد، و حجارة فى الكلى، و تغلظ الطحال.

الاطعمة التى تجلو المعدة و تفتح السدد

ماء الكشك، كشك الشعير، يجلو المعدة و يفتح السدد.

و الحلبة، و البطيخ، و الزبيب الحلو، و الباقلاء، و الحمص الاسود- ينقى الكلى و يفتت الحجارة المتولدة فيها.

و الكبر[۱۰۲] بالخل، و العسل إذا اكل قبل الطعام- فإنه يجلو و ينقى المعدة و الامعاء، و يفتح السدد.

و السلق أيضا يجلو و يفتح السدد فى الكبد، لا سيما إذا اكل بخردل.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۴۴

و البصل، و الثوم، و الكراث، و الفجل- يقطع و يلطف الكيموس ۱۰۳] الغليظ.

و التين، رطبه و يابسه، يجلو و ينقى الكلى.

و اللوز كله! و لا سيما المرّ منه- فإنه يجلو و يلطف و يفتح سدد الكبد و الطحال، و يعين على نفث الرطوبة من الصدر و الرئة.

و النبيذ اللطيف إذا كانت له حدة و حرافة- يصفى اللون، و ينقى العروق من الكيموس الغليظ، و ينتفع به من كان يجد فى بدنه كيموسا غليظا باردا.

و أما النبيذ الرقيق فإنه يعين على نفث الرطوبة من الرئة، بتقويته الاعضاء و تلطيف ما فيها من الفضل الغليظة، و قد يفعل ذلك النبيذ الحلو.

الاطعمة التى تنفخ

الحمص، و الباقلاء، و لا سيما إن طبخ بقشره، فإن طبخ مقشرا او مسحوقا كان أقل نفخا، و إن قلى أيضا كان أقل نفخا، و بعد هذه اللوبياء، و الماش، و العدس، و الشعير، إذا لم ينعم طبخها.

و النّعناع، و الانجذان، و الحلتيت ۱۰۴]؛ و التين الرطب يولّد نفخا إلا انه ينحل سريعا لسرعة انحداره.

و ما استحكم نضجه من التين و العنب كان أقل نفخا، و يابس التين اقل نفخا من رطبه.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج۴، ص: ۴۵

و اللبن يولّد رياحا فى المعدة.

و العسل إذا طبخ و نزعت رغوته قل نفخه.

و النبيذ الحلو العفص يولد نفخا.

ما يذهب النفخ من الاطعمة

كـل طعـام نافخ إذا احكمت صـنعته و أجيـد طبخه و إنضـاجه قـل نفخه، و كـل مـا قلى منه قـل نفخه، و كل ما خلط به الابازير المحللة للرياح، كالكمون، و السذاب و الانيسون، و الكاشم ١٠٥]- يقل نفخه؛ و الخل الممزوج بالعسل يلطف الرياح.

كتاب إسحاق بن عمران إلى بعض اخوانه

كتب إسحاق بن عمران المعروف بسمّ ساعة إلى رجل من اخوانه:

اعلمك- رحمك اللّه- ان الخام و البلغم يظهران على الدم و المرة بعد الاربعين سـنة فيأكلانهما، و هما عدوا الجسد و هادماه، و لا ينبغى لمن خلف الاربعين سـنة ان يحرك طبيعـة من طبائعه غير الخام و البلغم، و يقوّى الـدم جاهـدا، غير أنه ينبغى له فى كل سبع سـنين ان يفجر من دمه شـيئا، و من المرة مثل ذلك، لقلة صبره على الطعام اللذيذ و المشـروب الروىّ، فتعاهد اصلحك اللّه ذلك من نفسك، و اعلم ان الصـحة خير من المال و الاهل و الولد، و لا شـيء بعد تقوى اللّه سـبحانه و تعالى خير من العافية. و مما تأخذ به نفسك و تحفظ به صحتك، ان تلزم ما اكتب به إليك:

فى شهر ينير[١٠٦]: لا تأكل السلق، و اشرب شرابا شديدا كل غداة.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج‌۴، ص: ۴۶

و فى شهر فبرير: لا تأكل السلق.

و فى مارس: لا تأكل الحلواء كلها و تشرب الأفسنتين ١٠٧] فى الحلاوة.

و فى أبريل: لا تأكل شيئا من الاصول التى تنبت فى الأرض، و لا الفجل.

و فى مايه: لا تأكل رأس شيء من الحيوان.

و فى يونيه: تشرب الماء البارد بعد ما تطبخه و تبرده على الريق.

و فى يوليه: تجنب الوطء.

و فى أغشت: لا تأكل الحيتان.

و فى سبتمبر: تشرب اللبن البقرى.

و فى أكتوبر: لا تأكل الكراث نيئا و لا مطبوخا.

و فى نبنبر: لا تدخل الحمام.

و فى دجنبر: لا تأكل الارانب.

زعم علماء الطب ان فى الجسد من الطبائع الاربع اثنى عشـر رطلا فللدم منها سـتة أرطال، و للمرة و السوداء و البلغم سـتة أرطال، فإن غلب الدم و الطبائع تغير منه الوجه و ورم، و خرج ذلك إلى الجذام؛ و إن غلبت تلك الطبائع الدم أنبتت المرّة.

قـال: فـإذا خـاف الإنسـان غلبـة هـذه الطبـائع بعضـها بعضـا، فليعـدل جسـده بالاقتصاد و ينقيه بالمشـى. فإنه إن لم يفعل اعتراه ما وصفناه، إما جذام و إما مرة، نسأل اللّه العافية.

و لاـ بـأس بعلاـج الجسـد فى جميع الازمان إلا ايام السـموم، إلا أن ينزل فيها مرض شديـد لا بـدّ من مـداواته، او يظهر فيها موم ١٠٨]، أو ذات الجنب، فإنه ينبغى للطبيب أن يعانيه ١٠٩] بفصاد او شيء خفيف، فإنها ايام ثقيلة، و هى [من خمسة عشر يوما من تموز إلى النصف من آب، فذلك ثلاثون يوما لا يصلح فيها علاج- و كان

بقراطيس يجعلها تسعة و أربعين يوما- يقطع الغرر و الخطر فى ايام القيظ، فإذا مضى لأيلول ثلاثة أيام طاب التداوى كله.

و أمر جالينوس فى الربيع بالحجامة، و النورة، و أكل الحلاوة و شربها؛ و نهى عن القطانى، و اللبن الرائب، و عتيق الجبن، و المالح، و الفاكهة اليابسة إلا ما كان مصلوقا ....

و فى القيظ- و هو زمان المرة الحمراء- يأكل البارد الرطب على قدر قوّة الرجل فى طبعه و سنه، و ترك الجماع، و أكل الحوت الطرى، و الفاكهة الرطبة، و البقول؛ و لحم البقر و المعز؛ و من القطانى العدس، و من الاشربة المربب بالورد و السّكركة من الشعير، و السكر بالماء المطبوخ، و أكل الكزبرة الخضراء فى الاطعمة، و أكل الخيار و البطيخ، و لزوم دهن الورد و ماء الورد، ورش الماء و بسط البيت بورق الشجر، و من الدواء السكر بالمصطكا، يسحقهما مثلا بمثل و يأخذهما على الريق قدر الدرهم أو اكثر قليلا ...

و فى زمان الخريف- و هو زمان السوداء، و هو أثقل الازمنة على اهل تلك الطبيعة- من الطعام و الشراب بالحار الرطب، مثل الاحساء بالحلاوة، و أكل العسل و شربه؛ و نهى فيه عن الجماع، و أكل لحم المعز و البقر، و أمر بأكل صنوف حيوان البر و البحر، و حسو البيض، و الدهن قبل الحمام، و إتيان النساء على غير شبع فى آخر الليل و فى أول النهار، و التماس الولد على الريق من الرجل و المرأة فإن اولاد ذلك الزمان اشد و أقوى تركيبا، من غيرهم، كما قالت الحكماء

[۱۱۰]

---

[۱] (۱) الأنبذة: جمع النبيذ، و هو شراب مسكر يتخذ من عصير العنب او الثمر او غيرهما.

[۲] (۱) الموذم: المقطع

[۳] (۲) العصيدة: دقيق يلت بالسمن و يطبخ.

[۴] (۱) يقال: استرط الطعام فى حلقه: أى سار فيه سيرا سهلا.

[۵] (۲) تمذّحت خواصرها: انتفخت.

[۶] (۳) الاملاك: التزويج.

[۷] (۱) نحسبه: نعطيه حتى يقول حسبى.

[۸] (۲) السقط: ما يسقط و لا يعتد به.

[۹] (۳) سورة المائدة الآية ۹۳.

[۱۰] (۴) الطبرزذ: السكر كأنه نحت من نواحيه بفأس.

[۱۱] (۵) سورة البقرة الآية ۲۶۷

[۱۲] (۱) الكمأة: جمع الكمء: فطر من الفصيلة الكمئية، تجنى من الارض و تؤكل مطبوخة، و يختلف حجمها بحسب الانواع.

[۱۳] (۲) التصبح: النوم بالغداة.

[۱۴] (۱) العراق: جمع العرق، و هى القدرة من اللحم.

[۱۵] (۲) المراغة: الأتان.

[۱۶] (۳) الطلاء: ما يطبخ من عصير العنب حتى ذهب ثلثاه.

[۱۷] (۱) العوراء: القبيحة.

[۱۸] (۲) الفيحاء: الواسعة.

[۱۹] (۳) المبذرق: الخفير.

[۲۰] (۴) الشيزى: خشب تعمل منه القصاع.

[۲۱] (۵) الوحاء: السرعة.

[۲۲] (۶) المصوص: لحم ينقع فى الخل و يطبخ. و الدراج: ضرب من الطير. و النواهض: جمع ناهض: و هو فرخ الطير الذى استقل للنهوض.

[۲۳] (۱) النزاء: الوثب.

[۲۴] (۲) الجونة: السلة.

[۲۵] (۳) الاهليلج: ثمرة شجرة هندية.

[۲۶] (۴) المشان: ضرب من اجود التمر. و الرازقى ضرب من العنب.

[۲۷] (۵) البنانى: نوع من السمك.

[۲۸] (۶) الجنون.

[۲۹] (۱) ملك العجين: انعم عجنه.

[۳۰] (۲) الريع: الزيادة.

[۳۱] (۳) التلقامة: العظيم اللقم.

[۳۲] (۱) يريد اسنانه.

[۳۳] (۲) البرنى: ضرب من اجود التمر.

[۳۴] (۱) المكوك: صاع و نصف.

[۳۵] (۱) الرئلان: جمع رأل، و هو فرخ النعام.

[۳۶] (۲) حريرة: دقيق يطبخ بلبن او دسم.

[۳۷] (۳) العكم: ما شد به المتاع و ربط.

[۳۸] (۴) دبل اللقمة تدبيلا: كبرها. و الرخال: جمع رخل، و هى الانثى من ولد الضأن.

[۳۹] (۱) الغرثان: الجائع.

[۴۰] (۲) التنفج: ارتفاع البطن.

[۴۱] (۳) الحبوة: ما يحتبى به من ثوب و غيره.

[۴۲] (۴) النوى: البعد.

[۴۳] (۱) الأزم: الحمية.

[۴۴] (۲) كظه الطعام: اصبح لا يكاد يطيق التنفس.

[۴۵] (۱) البشم: التخمة.

[۴۶] (۱) الوجبة: اكلة واحدة فى اليوم و الليلة.

[۴۷] (۲) الوجاء: ای ان تدق عروق الخصیتین بین حجرین، و هما بحالهما.

[۴۸] (۳) ذنین الانف: سیلان مخاطه.

[۴۹] (۱) الیفاع: ما اشرف و علا من الارض.

[۵۰] (۲) النجم هو الثریا.

[۵۱] (۱) الغراسهٔ: فسیل النخل.

[۵۲] (۲) یقدح: یحدث فیها أکالا.

[۵۳] (۱) الکیموس: الخلط.

[۵۴] (۲) مستحصف: مشتد.

[۵۵] (۳) المستحصف: الذی خرج البثر فی جلده.

[۵۶] (۱) الجرم: بکسر الجیم، الجسد، و بضمه، الذنب.

[۵۷] (۱) الدرّاج: نوع من الطیر یدرج فی مشیه.

[۵۸] (۲) الطیهوج: طائر، و هو ذکر السّلکان.

[۵۹] (۳) الماش: حبّ، و هو معرب او مولّد.

[۶۰] (۱) المری: ضرب من الادویهٔ القدیمهٔ.

[۶۱] (۲) حماض الاترج: ما فی جوفه. و الاترج ضرب من الفاکههٔ.

[۶۲] (۳) السلجم: اللفت.

[۶۳] (۱) الکبود: جمع کبد، و تجمع علی اکباد.

[۶۴] (۲) السلجم: اللفت.

[۶۵] (۱) الخام: غیر الدم.

[۶۶] (۱) الوارشین: جمع الورشان، و هو طائر من الفصیلهٔ الحمامیهٔ، اکبر قلیلا من الحمام.

[۶۷] (۲) القطا: جمع القطاهٔ: نوع من الیمام یؤثر الحیاهٔ فی الصحراء.

[۶۸] (۳) الزهومهٔ: الریح النتنهٔ.

[۶۹] (۱) العفوصهٔ: المرارهٔ و القبض.

[۷۰] (۲) الطلع:

[۷۱] (۱) القطف: بقلهٔ تشبه الرجلهٔ.

[۷۲] (۲) الباقلی: الفول.

[۷۳] (۳) البرّ: حب القمح.

[۷۴] (۱) الشاهبلوط: شجر یسمی بالفسطل.

[۷۵] (۲) الاتن: جمع أتان، و هی انثی الحمار.

[۷۶] (۳) الغبیرا: هو ما یسمی بالقراصیا.

[۷۷] (۴) الزعرور: و یسمی ایضا« التفاح الجبلی»؛

[۷۸] (۵) البطم: الحبهٔ الخضراء، ثمرها شبیه بالفستق.

[۷۹] (۱) الخشكار: الدقيق الخشن الذى لم ينخل.

[۸۰] (۱) زهومة: الريح النتنة.

[۸۱] (۲) الكيموس: الخلاصة الغذائية.

[۸۲] (۳) الدراج: جمع الدراجة: طائر ظاهر جناحيه اغبر و باطنهما اسود يشبه القطا، الا انه الطف منه.

[۸۳] (۴) اللقاح: جمع لقحة، و هى الناقة الحلوب.

[۸۴] (۱) الخشكار: الخبز الاسمر غير النقى.

[۸۵] (۲) الكيموس: الخلاصة الغذائية.

[۸۶] (۳) الأيايل: جمع ايل: و هو الوعل.

[۸۷] (۱) المطجن: المقلو فى الطاجن.

[۸۸] (۲) الدخن: نبات عشى من النجيليات، حبه صغير املس كحب السمسم.

[۸۹] (۳) الهيضة: معاودة الهم و الحزن او المرض.

[۹۰] (۴) الباذروج: بقلة تسمى الريحان الاحمر.

[۹۱] (۱) الكرنب: نبات يسمى فى بلاد الشام« الملفوف».

[۹۲] (۱) العجاجيل: جمع عجل، و هو ولد البقرة، و يجمع على عجول ايضا.

[۹۳] (۲) الجرم: يكسر الجيم، الجسد.

[۹۴] (۳) العفص: ما كان فيه العفوصة، و هى المرارة و القبض.

[۹۵] (۴) المتلزز: المجتمع الشديد.

[۹۶] (۱) الفواخت: جمع الفاختة: ضرب. من الحمام المطوف اذا مشى توسع فى مشيه و باعد بين جناحيه و ابطيه و تمايل.

[۹۷] (۲) الزهومة: الرائحة النتنة.

[۹۸] (۳) الباذروج: بقلة تسمى الريحان الاحمر.

[۹۹] (۱) الخشكار: الدقيق الخشن الذى لم ينخل.

[۱۰۰] (۲) السكنجبين: كل شراب حلو حامض، يتخذ دواء للصفراء.

[۱۰۱] (۳) جرم العدس: اى جسمه و مادته لا ماؤه.

[۱۰۲] (۱) الكبر: نبات له شوك.

[۱۰۳] (۱) الكيموس: خلاصة الاغذية.

[۱۰۴] (۲) الحلتيت: هو صمغ الانجذان.

[۱۰۵] (۱) الكاشم: نبت يشبه السذاب.

[۱۰۶] (۲) ينير: اى شهر كانون الثانى.

[۱۰۷] (۱) الافسنتين: نبت له ورق كالصعتر.

[۱۰۸] (۲) الموم: اشد الجدرى.

[۱۰۹] (۳) المعاناة: حسن السياسة.

[۱۱۰] جمعى از نويسندگان، كتب طبى انتزاعى (عربى)، ۱۹جلد، چاپ: اول.

تعريف مركز القائمية باصفهان للتحريات الكمبيوترية

بسم الله الرحمن الرحيم

جاهِدُوا بِأَمْوالِكُمْ وَ أَنْفُسِكُمْ فى سَبيلِ اللَّهِ ذلِكُمْ خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (التوبة/41).

قالَ الإمامُ علىّ بنُ موسَى الرِّضا – عليهِ السَّلامُ: رَحِمَ اللّهُ عَبْداً أحْيَا أمْرَنَا... يَتَعَلَّمُ عُلُومَنَا وَ يُعَلِّمُهَا النَّاسَ؛ فَإِنَّ النَّاسَ لَوْ عَلِمُوا مَحَاسِنَ كَلَامِنَا لَاتَّبَعُونَا... (بَنادِرُ البِحار – فى تلخيص بحار الأنوار، للعلاّمة فيض الاسلام، ص 159؛ عُيونُ أخبارِ الرِّضا(ع)، الشَّيخ الصَّدوق، الباب28، ج1/ ص307).

مؤسّس مُجتمَع "القائميّة" الثّقافىّ بأصبَهانَ – إيرانَ: الشهيد آية الله "الشمس آباذى" – رَحِمَهُ اللهُ – كان أحداً من جَهابِذة هذه المدينة، الذى قدِ اشتهَرَ بشَغَفِهِ بأهل بَيت النبىّ (صلواتُ اللهِ عليهِم) و لاسيَّما بحضرة الإمام علىّ بن موسَى الرِّضا (عليه السّلام) و بِساحة صاحِب الزّمان (عَجَّلَ اللهُ تعالى فرجَهُ الشَّريفَ)؛ و لهذا أسّس مع نظره و درايته، فى سَنَةِ 1340 الهجريّة الشمسيّة (=1380 الهجريّة القمريّة)، مؤسَّسةً و طريقةً لم يَنطفِئ مِصباحُها، بل تُتَّبَع بأقوَى و أحسَنِ مَوقِفٍ كلَّ يوم.

مركز "القائميّة" للتحرِّى الحاسوبىّ – بأصبَهانَ، إيرانَ – قد ابتدَأَ أنشِطتَهُ من سَنَةِ 1385 الهجريّة الشمسيّة (=1427 الهجريّة القمريّة) تحتَ عناية سماحة آية الله الحاجّ السيّد حسن الإمامىّ – دامَ عِزّهُ – و مع مساعَدَةِ جمعٍ مِن خِرّيجى الحوزات العلميّة و طلاب الجوامع، بالليل و النهار، فى مجالاتٍ شتّى: دينيّة، ثقافيّة و علميّة...

الأهداف: الدّفاع عن ساحة الشيعة و تبسيط ثقافة الثّقلَين (كتاب الله و اهل البيت عليهِمُ السَّلامُ) و معارفهما، تعزيز دوافع الشَّباب و عموم الناس إلى التَّحَرِّى الأدَقّ للمسائل الدّينيّة، تخليف المطالب النافعة – مكانَ البَلاتيثِ المبتذلة أو الرّديئة – فى المحاميل (=الهواتف المنقولة) و الحواسيب (=الأجهزة الكمبيوتريّة)، تمهيد أرضيّةٍ واسعةٍ جامعةٍ ثقافيّةٍ على أساس معارف القرآن و أهل البيت –عليهم السّلام – بباعث نشر المعارف، خدمات للمحققين و الطّلاّب، توسعة ثقافة القراءة و إغناء أوقات فراغة هُواةِ برامِج العلوم الإسلاميّة، إنالة المنابع اللازمة لتسهيل رفع الإبهام و الشّبُهات المنتشرة فى الجامعة، و...

- مِنها العَدالة الاجتماعيّة: التى يُمكِن نشرها و بثّها بالأجهزة الحديثة متصاعدةً، على أنّه يُمكِن تسريعُ إبراز المَرافِق و التسهيلاتِ – فى آكناف البلد - و نشرِ الثّقافةِ الاسلاميّة و الإيرانيّة – فى أنحاء العالَم - مِن جِهةٍ اُخرَى.

- من الأنشطة الواسعة للمركز:

الف) طبع و نشر عشراتِ عنوانِ كتبٍ، كتيبة، نشرة شهريّة، مع إقامة مسابقات القِراءة

ب) إنتاجُ مئات أجهزةٍ تحقيقيّة و مكتبية، قابلة للتشغيل فى الحاسوب و المحمول

ج) إنتاج المَعارض ثّلاثيّةِ الأبعاد، المنظر الشامل (= بانوراما)، الرّسوم المتحرّكة و... الأماكن الدينيّة، السياحيّة و...

د) إبداع الموقع الانترنتى "القائميّة" www.Ghaemiyeh.com و عدّة مَواقِعَ اُخرَ

ه) إنتاج المُنتجات العرضيّة، الخطابات و... للعرض فى القنوات القمريّة

و) الإطلاق و الدَّعم العلمىّ لنظام إجابة الأسئلة الشرعيّة، الاخلاقيّة و الاعتقاديّة (الهاتف: 00983112350524)

ز) ترسيم النظام التلقائىّ و اليدوىّ للبلوتوث، ويب كشك، و الرّسائل القصيرة SMS

ح) التعاون الفخرىّ مع عشراتِ مراكزَ طبيعيّة و اعتباريّة، منها بيوت الآيات العِظام، الحوزات العلميّة، الجوامع، الأماكن الدينيّة كمسجد جَمكرانَ و...

ط) إقامة المؤتمَرات، و تنفيذ مشروع "ما قبلَ المدرسة" الخاصّ بالأطفال و الأحداث المُشاركين فى الجلسة

ی) إقامهٔ دورات تعلیمیّهٔ عمومیّهٔ و دورات تربیهٔ المربّی (حضوراً و افتراضاً) طیلهٔ السَّنَهٔ

المکتب الرّئیسیّ: إیران/أصبهان/ شارع"مسجد سیّد"/ ما بینَ شارع"پنج رَمَضان" ومُفترَق"وفائی"/بنایهٔ"القائمیّهٔ"

تاریخ التأسیس: ۱۳۸۵ الهجریّهٔ الشمسیّهٔ (=۱۴۲۷ الهجریهٔ القمریّهٔ)

رقم التسجیل: ۲۳۷۳

الهویّهٔ الوطنیّهٔ: ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶

الموقع: www.ghaemiyeh.com

البرید الالکترونی: Info@ghaemiyeh.com

المَتجَر الانترنتی: www.eslamshop.com

الهاتف: ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳- (۰۰۹۸۳۱۱)

الفاکس: ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱)

مکتب طهرانَ ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱)

التِّجاریّهٔ و المَبیعات ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور المستخدمین ۲۳۳۳۰۴۵(۰۳۱۱)

ملاحَظهٔ هامّهٔ:

المیزانیّهٔ الحالیّهٔ لهذا المرکز، شعبیّهٔ، تبرّعیّهٔ، غیر حکومیّهٔ، و غیر ربحیّهٔ، اقتُنِیَت باهتمام جمع من الخیّرین؛ لکنَّها لا تُوافِی الحجمَ المتزایـد و المتّسِعَ للامور الدّینیّهٔ و العلمیّهٔ الحالیّهٔ و مشاریع التوسعهٔ الثّقافیّهٔ؛ لهذا فقد ترجّی هذا المرکزُ صاحِبَ هذا البیتِ (المُسمّی بالقائمیّهٔ) و مع ذلک، یرجو مِن جانب سماحهٔ بقیّهٔ الله الأعظم (عَجَّلَ اللهُ تعالی فرَجَهُ الشَّریفَ) أن یُوفِّقَ الکلَّ توفیقاً متزائداً لِإعانتهم - فی حدّ التمکن لکلّ احدٍ منهم – إیّانا فی هذا الأمر العظیم؛ إن شاءَ اللهُ تعالی؛ و اللهُ ولیّ التوفیق.